

BANGKITNYA ROH SEJATI





ePUB

Created by

www.scribd.com/madromi



Pesan Penterjemah

Dalam seri ke 7 dari Padmakumara ini, topik yang kami angkat adalah hal "mengaktifkan roh" atau "membangunkan roh".

Hal "roh yang terbangunkan" diperkenalkan oleh Maha Acarya Lu Sheng Yen dua puluh tahun yang lalu terutama sekali lewat 5 buku "roh" pertama nya (Buku ke 16, 19, 20, 21, dan 22). Semenjak diterbitkannya beberapa buku awal yang sangat menggemparkan khalayak ramai itu, begitu banyak orang yang mencari Maha Acarya Lu seperti diilustrasikan dalam artikel ke 28 dari buku ini. Hal "Roh Yang Terbangunkan" merupakan upaya kausalya dari Maha Acarya Lu dalam membawa para pembacanya sampai kepada pintu gerbang bhavana. (Baca Artikel 31 dari buku ini).

Satu hal yang perlu diperhatikan oleh para pembaca adalah bahwa buku "Mengaktifkan Roh" (buku ke 22 dari Maha Acarya Lu) terbit 20 tahun yang lalu. Pada saat itu, Maha Acarya Lu Sheng Yen sedang dalam proses mempelajari Tantrayana dan belum mencapai penerangan sempurna. Metode melatih diri yang sistimatis seperti Catur Prayoga, Guru Yoga, Yidam Yoga, Internal Yoga, Vajra Yoga, Anuttara Yoga, dan Dzogchen belum diperkenalkan oleh beliau sampai kira kira 8 tahun kemudian. Karena itu, bagi para pembaca yang tidak dapat berbahasa Mandarin, penting untuk terutama sekali membaca isi buku "Padmakumara (2)" atau buku buku lainnya yang telah tersedia dalam bahasa Indonesia sehingga mendapat pengertian yang lebih mendalam tentang menjalankan bhavana berdasarkan bimbingan dari Maha Acarya Lu.

Bab 1 buku ini yang terdiri dari 29 artikel bersumber dari sebagian isi buku "Mengaktifkan Roh" karya ke 22 dari Maha Acarya Lu Sheng Yen yang diterbitkan pertama kali pada tahun 1976 (20 tahun yang lalu). Artikel artikel dalam buku "Mengaktifkan Roh" yang menyangkut metode melatih 6 Abhijnas (6 Kesanggupan Batin) tidak kami tampilkan dalam buku ini. Sebagai gantinya, yang kami tampilkan sebagai tambahan (dalam bab 2) adalah koleksi artikel dari buku buku Maha Acarya Lu Sheng Yen lainnya yang berkaitan erat dengan topik "Mengaktifkan Roh". Dua artikel yang sudah kami tampilkan dalam seri Padmakumara sebelumnya (Artikel ke 31 dan 32) kami cetak ulang dalam seri ini karena sangat pentingnya untuk dicamkan.

Buku ini kami akhiri dengan sebuah artikel (surat seseorang kepada Maha Acarya) yang sangat mengharukan dan menggugah hati sebagai peringatan kepada pembaca tentang pentingnya mendapatkan bimbingan seorang guru yang berpengetahuan dan tentang pentingnya menjalankan sadhana Catur Prayoga sebagai langkah awal dalam menjalankan bhavana.

Kami menyadari ketidak-sempurnaan kami dalam upaya penterjemahan ini. Karena

itu, dalam kesempatan ini, kami meminta maaf yang sebesar besarnya kepada Maha Acarya Lu Sheng Yen khususnya dan kepada para pembaca umumnya.

Bila ada diantara para pembaca yang tergerak untuk mencetak ulang dan menyebarkan buku ini dengan cuma cuma di kalangan anda sendiri, kami tentunya tidak berkeberatan.

Jasa dari penterjemahan dan penyebaran buku ini kami limpahkan sepenuhnya kepada Maha Acarya Lu Sheng Yen dalam menjalankan tugas mulianya memutar roda dharma di alam samsara, kepada seorang Dewa Tanah bergolok Kwan Kong berkipas Ci Kung di Jakarta dalam upaya tanpa hentinya menghilangkan loba, dosa, dan moha, dan kepada semua pembaca dengan harapan supaya keyakinan dan motivasi anda terbangkitkan untuk meninggalkan keduniawian dan mulai menjalankan bhavana mencapai samyak-sambodhi.

1. Kata Pengantar Dari Buku "Mengaktifkan Roh"

Tertulisnya buku ini adalah berkat petunjuk roh roh suci di langit. Saya, Lu Sheng Yen, hanyalah seorang sederhana dengan cita cita sederhana. Saya hanya mengharapkan bagaimana diri saya dan orang lain dapat melatih diri. Semoga buku ini bisa memberikan penjelasan tentang bagaimana membina diri dan menyingkirkan rintangan Mara sehingga akhirnya mencapai keBudhaan.

Setelah 4 buku saya tentang roh diterbitkan dan menimbulkan kegegeran, disamping sangat banyak surat yang saya terima, banyak orang mencari saya sampai sampai saya harus menutup pintu dan tidak lagi menerima tamu. Harap para pembaca maklum akan keadaan saya yang sulit menghadapi orang yang jumlahnya begitu banyak. Saya ingin duduk dengan tenang menulis buku yang merupakan tugas dan tanggung jawab saya yang paling mendesak. Saya ingin menulis dan membuka rahasia tentang roh agar dapat menolong rohani manusia yang semakin merosot untuk sadar dan terhindar dari jalan sesat.

Ada orang bertanya kepada saya, "Anda mendirikan aliran Ling Xian Cung. Bukankah ini berdiri sendiri?" Saya katakan tidak. Didalam Budhisme, ada berbagai metode yang dikelompokkan kedalam metode exoterik dan esoteric (rahasia). Ada berbagai aliran seperti aliran Zen, Sukhawati, dan lain lain. Metodenya berbeda, tapi tujuannya sama. Saya menekuni hal "roh yang tersucikan untuk mencapai keBudhaan dan Tao". Karena itu, saya namakan apa yang saya babarkan sebagai Ling Xian Cung.

Dengan bantuan dari para guru roh suci, saya akan membuka rahasia Zen tentang "Aku", rahasia Sukhawati tentang "hati", dan rahasia Ling Xian Cung tentang "Roh" sehingga Ling Xian Cung yang dikombinasikan dengan Zen dan Sukhawati akan menembus pengertian "Aku", "Hati", dan "Roh" serta memberikan pengertian tentang hal kontak batin sehingga Budhisme dapat berkembang dan keharmonisan umat manusia di dunia ini dapat terwujudkan.

Ketika saya menulis buku ini, roh roh suci di langit turun membantu bagaikan ada pesta besar saja. Ada yang mengucapkan selamat kepada saya. Ada yang mengingatkan saya agar berhati hati terhadap Mara karena terbitnya buku ini akan menimbulkan kemarahan besar dari Mara. Anjuran saya agar orang berbuat kebaikan dan melatih diri untuk mencapai keBudhaan bertentangan dengan harapan Mara.

Gangguan Mara merupakan pintu gerbang yang harus dilalui oleh semua sadhaka seperti yang dialami oleh Sakyamuni Budha dan Yesus Kristus. Karena itu, saya mengingatkan para pembaca bahwa pelajaran tentang membangunkan dan membina kekuatan roh bukanlah sebuah pelajaran biasa karena bila orang tidak berhati hati dikawatirkan akan menuju jalan sesat.

Namun, biarlah saya memberitahu anda sebuah rahasia. Alam Sukhawati itu dapat dikatakan sangat kecil bagaikan biji sesawi sehingga sukar untuk dapat masuk kedalamnya. Tetapi bila anda telah sadar, maka seluruh alam semesta adalah alam Sukhawati. Biarlah setiap orang merenungi hal ini.

Didalam buku ini, saya membahas secara terbuka tentang bagaimana membangunkan roh, membina roh, masuk dan keluar badan jasmani, 9 putaran, dan lain lainnya. Penjelasan yang diberikan didalam buku ini bermanfaat bagi orang yang melatih diri maupun tidak. Bagi yang tidak melatih diri namun ingin tahu, buku ini memberi jawaban atas keingin-tahuan mereka. Bagi yang mempunyai tekad bulat dan persyaratan untuk melatih diri, dapat mulai melatih diri berdasarkan petunjuk yang diberikan didalam buku ini sehingga akhirnya dapat membuktikan sendiri bahwa apa yang saya tulis didalam buku ini bukanlah bohong.

Kebijaksanaan dan karma yang dibawa setiap orang berbeda. Karena itu, dengan terpaksa harus saya sampaikan bahwa orang yang membina diri dengan metode Ling Xian Cung yang saya babarkan akan memperoleh hasil yang berbeda satu dengan lainnya. Mereka yang tergolong "berkwalitas tinggi" dapat mencapai tingkat dewata dan keBudhaan. Mereka yang

gg gg p pg yg "berkwalitas menengah" dapat berangsur angsur meningkat untuk terlahir di alam dewa. Mereka yang "berkwalitas rendah" akan memperoleh kesehatan jasmani dan rohani serta menyiapkan bekal kebijaksanaan untuk kehidupan yang akan datang.

Ada lima kelompok orang yang tidak boleh belajar ilmu yang dibabarkan dalam buku ini. Selain tidak akan bermanfaat, pelajaran yang diberikan dalam buku ini malah berbahaya bagi mereka. Kelompok pertama adalah mereka yang masih anak anak dan terlalu muda. Kelompok kedua adalah mereka yang kesadarannya tidak tetap ("mentally retarded"). Kelompok ketiga adalah mereka yang ragu ragu dan hanya ingin mencoba coba saja. Kelompok keempat adalah orang yang tidak memiliki kesabaran dan ketabahan. Kelompok kelima adalah orang yang avidya. Orang orang

tersebut saya anjurkan untuk banyak menyebut nama Budha dan melatih diri didalam aliran Sukhawati. Mereka janganlah memaksakan diri untuk melatih ilmu didalam buku ini karena dapat menuju jalan sesat. Bila memaksa diri dan telah tersesat, maka akan sulit untuk kembali ke keadaan semula.

Bila mengingat petunjuk dan nasihat dari guru guru saya, San San Chiu Hou dan Master Ching-Chen, seringkali saya jadi terharu dan meneteskan air mata. Begitu pula, para dewata dan Bodhisattva yang mulia sering datang membantu. Untuk membalas kebaikan mereka, saya hanya bisa membungkukkan badan memberi hormat dan berusaha menunaikan tugas saya meskipun badan harus hancur berkeping keping.

(Ditulis pada tahun 1976)

2. Mengerti Tentang Roh Yang Terbangunkan

Banyak orang tidak menyadari bahwa didalam setiap tubuh manusia terdapat apa yang dinamakan roh. Kalaupun mereka menyadari hal ini, mereka masih setengah mempercayai. Pada orang-orang yang rohnya belum terbangunkan, roh mereka itu seperti mati saja, meskipun sebenarnya roh mereka itu hidup. Roh mereka itu berada dalam keadaan terbelenggu. Roh mereka itu bukan hanya tidak bisa keluar dari badan jasmaninya tetapi juga tidak bisa bergerak didalam badan jasmani.

Orang awam hanya bersandarkan pada bentuk, suara, bau, rasa, sentuhan, dan alam phenomena. Dengan kata lain, mereka hanya bersandarkan pada hal-hal yang dapat berhubungan dengan mata (cakstur vijnana), telinga (srotra vijnana), hidung (ghrana vijnana), lidah (jihva vijnana), sentuhan jasmani (kaya vijnana), dan pikiran (mano vijnana). Pada klimaknya adalah kesadaran ke 6. Kesadaran ke 6 ini masih jauh dibandingkan kesadaran ke 7 (manas) dan kesadaran ke 8 (alaya vijnana). Kesadaran ke 7 dan kesadaran ke 8 sukar untuk dibedakan karena sangat halus dan tak ada garis pemisah secara nyata. Namun bila terpaksa untuk dibedakan, dapat dikatakan bahwa kesadaran ke 7 adalah kontak batin, sedangkan kesadaran ke 8 adalah kesanggupan batin yang tinggi. Sebenarnya, yang dimaksud dengan "super feeling" itu bukanlah kesadaran ke 6. Orang yang mempunyai kesanggupan melakukan kontak batin menggunakan kesadaran ke 7 (manas) dan kesadaran ke 8 (alaya vijnana) yang melampaui kesadaran ke 6. Ada pendapat-pendapat yang berdasarkan buku-buku tentang kesadaran ke 6 yang dijual di pasar bahwa perihwal kontak batin adalah kesadaran ke 6. Sebenarnya, kontak batin adalah sesuatu yang sangat halus dan tidak semata-mata berhenti pada kesadaran ke 6.

Orang yang mempunyai kesanggupan melakukan kontak batin cukup banyak di dunia ini. Masing-masing dari mereka memiliki tingkat yang berbeda. Ada yang bisa meramal hal yang akan terjadi atau mengetahui masa lampau. Ada yang dapat mematahkan intan dengan kekuatan rohnya. Ada yang bisa melakukan penyembuhan.

Ada yang dapat mengendalikan pikiran orang. Ada yang dapat menyalakan api tanpa menggunakan alat bantu. Ada yang dapat melakukan pembiusan cukup dengan menggunakan tangannya. Bahkan, ada yang dapat membunuh orang dengan kekuatan batinnya sehingga orang-orang bisa mati tanpa sebab kedokteran yang jelas.

Cerita-cerita seperti itu sangat banyak dan bagaikan legenda saja. Cara bagaimana seseorang terbangunkan rohnya itu juga beraneka ragam ceritanya. Ada yang sewaktu dilahirkan, terkena petir atau berada di dalam rumah yang kejatuhan meteor. Ada yang karena secara tidak sengaja terjatuh dari tangga. Dengan kata lain, mereka mengalami suatu kejadian yang bersifat "perubahan roh" yaitu bagaikan bola lampu yang mendapat aliran listrik sehingga dalam sekejap menyala dan menjadi terang. Apa yang disebut "perubahan roh" ini sebenarnya mudah dimengerti tetapi sukar diperoleh karena harus menyesuaikan berbagai kondisi. Bila semua kondisi memungkinkan, maka orang dapat terbangunkan rohnya seketika, meskipun sebenarnya ia tidak bermaksud mengejar hal ini. Sebaliknya ada orang yang berusaha mengejar hal ini seumur hidupnya tetap tidak berhasil.

Saya adalah sebuah contoh orang yang rohnya terbangunkan secara tiba-tiba dan tak direncanakan. Apa yang saya alami membuat saya tercengang sehingga saya menduga barangkali saya adalah makhluk angkasa luar.

Roh dari kebanyakan orang terbelenggu (tidur) meskipun sebenarnya hidup. Dengan bantuan kekuatan roh dari luar yang menyentuh dan membuka belenggu yang mengikat, roh seseorang dapat terbangunkan dan melepaskan diri dari ikatan sehingga dapat bergerak secara leluasa di dalam badan jasmani dan bahkan akhirnya dapat menerobos ubun-ubun kepala untuk keluar dari tubuh jasmani.

Bila roh dapat terlepas dari belenggu, maka akan menimbulkan suatu keadaan yang saya sebut "keadaan roh". Keadaan ini ada yang nyata dan ada yang palsu. Keluarnya roh dari belenggu disebut chi-ling (terbangkitnya roh) atau juga disebut pien-ling (perubahan roh).

Kejadian tersebut adalah satu satunya saluran antara tergeraknya roh dan timbulnya kekuatan gaib. Bila tidak ada kejadian terbangunnya roh, maka orang awam akan selamanya awam dan selamanya tidak tahu kalau ada yang disebut roh itu. Dia hanya dapat mendengar kisah tentang roh tapi tidak merasakan sendiri tentang apa sesungguhnya perasaan roh itu.

Banyak orang mengartikan perihal kontak batin sebagai pengalaman mimpi. Di dalam pengalaman mimpi, roh di langit menggunakan kekuatannya untuk menyentuh pikiran manusia yang sedang tidur sehingga orang tersebut bermimpi. Kontak batin lewat mimpi memang banyak kejadiannya, tetapi hal ini masih jauh sekali dibandingkan keadaan roh yang terbangunkan. Seringkali kontak batin lewat mimpi tidak jelas maknanya atau pesannya. Kontak batin lewat mimpi tidak dapat disebut keadaan roh

yang terbangunkan.

Ada 3 cara untuk membangunkan roh.

Cara pertama adalah mengharapakan bantuan kekuatan roh dari luar dengan cara berdoa. Kekuatan roh dari luar ini penting tapi tetap harus melihat dasar fondasi dari orang yang ingin membangunkan rohnya. Dasar fondasi orang berhubungan erat dengan keadaan karma seseorang. Bila orang tersebut mempunyai hubungan yang erat dengan kekuatan roh dari luar yang diharapkan bantuannya, maka itu merupakan karma baik dari orang itu.

Cara kedua adalah mengandalkan kekuatan diri sendiri yaitu dengan ketekunan, kesungguhan hati, dan cita cita yang luhur.

Cara ketiga adalah dengan berusaha menyingkirkan karma buruk dan dengan melakukan banyak kebajikan. Orang yang terlahir dengan karma buruk yang berat tidak terlihat dari luar, tetapi sebenarnya keadaannya itu bagaikan badan yang tertindih oleh batu besar. Karena itu, untuk membangunkan roh, harus menjernihkan karma buruknya terlebih dahulu. Dan dengan banyak berbuat baik, roh nya mendapat bantuan bantuan yang positif dan sangat berguna.

Guru saya, San San Chiu Hou, pernah memberitahu saya sebagai berikut, "Budhisme berbicara tentang samadhi sebagai prinsip yang tidak pernah berubah selama ribuan tahun. Keheningan dan ketenangan juga dapat menimbulkan gerak; hal ini terjadi beberapa ribu tahun setelah jaman Sakyamuni." Metode Ling Xian Cung mengkombinasikan yang tenang/diam dengan yang bergerak. Ini merupakan prinsip dari Tai Chi tentang konsep yin (diam) dan "yang" (bergerak).

Bila ingin membangunkan roh, hanya dengan mengandalkan "tenang/diam/tidak bergerak" bukanlah caranya. Pada saat yang sama, hanya dengan bergerak tapi tidak tenang juga bukanlah caranya. Bergerak dan diam kelihatannya berbeda sama sekali. Tetapi semua Dharma pada dasarnya adalah satu. Berbeda beda tapi satu. Bila roh mulai terbangunkan, maka tubuh jasmani juga mulai merasakan chi yang mulai naik keatas. Ini baru merupakan tingkat pertama didalam pembinaan roh.

Banyak orang yang melalaikan hal yang sebenarnya merupakan kunci utama ini. Kalau tidak menggunakan kunci ini, meskipun duduk selama ratusan tahun sampai menembusi tempat duduk, juga tidak akan mendapat apa apa. Kunci utamanya adalah mengubah roh (membangunkan roh).

3. Tiga Pintu Gerbang Dari Mara

Didalam Taoisme, ada 3 dewata yang disebut San Yuan, San Pin, dan San Kuan Ta Ti. Juga mereka biasa disebut sebagai Siao Ti dari langit, Sun Ti dari bumi, dan I-Ti dari air. Begitu pula didalam yoga India, manusia dibagi menjadi cakra langit, cakra

bumi, dan cakra akar.

Ungkapan dari kedua aliran tersebut sepertinya berbeda tetapi sebenarnya sama. Berdasarkan pengalaman, saya menemukan bahwa orang dapat kerasukan roh jahat lewat apa yang dinamakan "3 pintu gerbang" yaitu pintu gerbang Mara dari langit, pintu gerbang Mara dari bumi, dan pintu gerbang Mara dari air. Para sadhaka harus mengatasi tiga pintu gerbang tersebut sebelum dapat dikatakan telah memperoleh Tao. Kalau belum, berarti semuanya masih merupakan teori kosong belaka.

Kepada orang-orang yang fondasi rohaninya sangat tipis dimana kesadaran mereka mengambang dan mereka jarang berbuat kebajikan didalam hidupnya sehingga tidak berjodoh sedikitpun dengan para dewata, saya berpendapat dan menganjurkan mereka untuk banyak menyebut nama Budha dan mempelajari Dharma. Mereka sebaiknya menunda dulu pelajaran tentang kontak batin (atau usaha membangunkan roh) kecuali mereka memiliki tekad dan keyakinan yang luar biasa, dengan serius bertobat untuk tidak lagi melakukan hal-hal yang jahat, atau mereka memiliki kesanggupan kesanggupan yang melebihi orang biasa. Bila tidak, membangunkan kekuatan roh bagi orang-orang yang dasarnya tipis ini akan menyebabkan mereka mudah dirasuk roh jahat. Bila sudah terjadi, akan sulit untuk mengatasi akibatnya.

Pada saat yang sama, adalah suatu hal yang wajar bagi seorang sadhaka untuk mendapat gangguan roh jahat. Semua orang bisa saja ingin melatih diri untuk mencapai Tao tetapi mereka harus menyadari bahwa rintangan untuk mencapai keberhasilan juga besar. Bila "tiga pintu gerbang dari Mara" tidak bisa dilalui, maka usaha akan sia-sia belaka. Karena itu, para sadhaka sesungguhnya adalah orang-orang mulia yang melakukan suatu pekerjaan mulia.

Setelah roh dibangunkan (dimana didalam yoga disebut sebagai "api yang keluar dari cakra akar"), maka akan ada 3 macam kemungkinan.

Kemungkinan pertama adalah adanya bimbingan dari kekuatan roh dari luar. Ini merupakan pertanda umum bahwa seseorang telah sukses dalam membangkitkan kekuatan roh. Roh yang terbangunkan dan keluar dari cakra akar akan menimbulkan apa yang disebut "6 goncangan". Seutas sinar putih dari langit akan turun kebawah; roh-roh dewata akan datang menjaga roh yang baru terbangunkan ini. Orang yang rohnya terbangunkan itu akan merasa adanya getaran-getaran tetapi pikirannya tetap jernih, jelas, dan tidak ngawur bagaikan cermin. Orang tersebut akan menyadari sewaktu badannya mulai bergerak-gerak. Dengan banyak menyebut nama Budha dan membaca mantra untuk menyatukan kekuatan diri sendiri dan kekuatan dari para dewata, maka para roh suci akan selalu mendampingi. Bila ini merupakan keadaan yang dialami oleh orang yang rohnya terbangunkan, maka dapat dikatakan orang tersebut melatih diri dengan benar. Ini adalah awal dari suatu yang baik. Bila tidak mengalami keadaan ini, dapat dikatakan orang tersebut belum berhasil.

Kemungkinan kedua adalah yang dapat disebut netral. Orang yang rohnya terbangunkan tersebut tidak berjodoh dengan para dewata di langit dan kesadarannya mengambang. Namun, ia pun tidak berjodoh dengan Mara. Setelah para roh suci membantu orang ini dalam membangunkan rohnya, mereka kemudian mengundurkan diri. Sedangkan orang tersebut juga tidak mengetahui bagaimana menjalankan bhavana dengan benar. Keadaan netral dimana para dewata tidak membantu dan dimana para roh jahat juga tidak bisa menundukkan kesadaran orang tersebut dapat dikatakan sebagai keadaan "rumah yang kosong tak berpenghuni". Karena "rumah tersebut kosong tak berpenghuni", maka siapapun boleh datang dan mendiami "rumah kosong" tersebut. Orang-orang seperti ini memiliki keadaan roh yang selalu bergerak dan tidak bisa tenang. Mereka biasanya menjadi medium (perantara roh; Ci Thung) dimana tubuh jasmaninya dapat dimasuki oleh makhluk-makhluk halus. Ada medium-medium yang rohnya bisa tenang dan diam. Tetapi ada juga medium-medium yang tidak mempunyai kemampuan ini. Bila medium-medium yang rohnya tidak tenang dan yang pikirannya seringkali dikendalikan oleh roh-roh lain --dapat secara berangsur-angsur tidak menghiraukan roh-roh tersebut, maka lambat laun hati dan pikirannya akan menjadi tenang. Ini semuanya tergantung kepada tingkat latihan si medium tersebut. Kepada orang-orang yang termasuk didalam kelompok kedua ini, saya menganjurkan mereka untuk banyak menyebut nama Budha dan berbuat kebajikan sehingga tidak memberi kesempatan kepada Mara-penggoda yang hanya akan merepotkan saja. Di jaman sekarang, banyak medium yang badannya sebetulnya ditumpang oleh roh-roh jahat tapi mereka tidak menyadarinya. Sebaiknya mereka banyak berbuat kebajikan sehingga dapat mengembalikan ketenangan roh mereka, mendapat perlindungan dari para dewata, dan terlepas dari gangguan-gangguan roh-roh jahat.

Kemungkinan ketiga adalah yang disebut "kerasukan". Berdasarkan penyelidikan saya, orang yang melatih Vipassana dan latihan yoga mempunyai kemungkinan dirasuk oleh roh-roh jahat karena kekuatan roh-roh jahat ini sungguhlah besar. Orang yang melatih diri, bila telah mencapai tingkat alam Arupadhattu, maka ia dapat saja melekat pada "kekosongan". Bila ia melekat pada "kekosongan", maka ia akan terganggu oleh roh-roh jahat sehingga tetap berdiam di alam Arupadhattu dan tidak dapat mencapai tingkat arahat. Masalahnya adalah roh atau kesadaran orang itu merasa tidak mempunyai tempat untuk berdiam. Roh orang itu tidak dapat melihat antara yang nyata dan yang semu sehingga terasuk oleh roh jahat dan menjadi kalap. Bahkan diri sendiri telah menjadi roh jahat. Akibatnya akan sangat mengerikan.

Bila seseorang selama hidupnya banyak melakukan perbuatan jahat, ditambah lagi dari kehidupan masa lampunya pun tidak membawa saldo karma yang baik sehingga tidak berjodoh dengan para dewata, ditambah lagi hatinya ragu-ragu dan tidak mempunyai keyakinan, maka orang yang demikian bila dia berupaya membangunkan rohnya --bukannya dewata yang membimbingnya malah ia akan didekati oleh kekuatan roh-roh jahat. Bayangkan akibatnya seperti apa. Karena dia telah menjadi

bagian dari roh jahat, tingkah lakunya menjadi berbeda dengan orang biasa. Meskipun ia mengatakan telah mencapai tingkat tertentu, tindak tanduknya bertentangan dengan etika moral dan tidak masuk akal. Kedua matanya memancarkan sinar yang kosong dan sepertinya tidak bisa mengkonsentrasikan pikiran. Inilah gejala gejala dirasuknya seseorang oleh roh jahat. Kalau hanya ada roh gentayangan yang menumpang di tubuh seseorang, hal itu masih bisa diatasi. Tetapi bila ada kekuatan roh jahat yang membelenggu seseorang dan diperburuk lagi dengan adanya bagian karma buruk dari masa lampau, dalam keadaan seperti ini para dewata dan Budha pun juga akan sulit mengatasinya. Oleh karena itu latihan latihan untuk membangkitkan kekuatan roh bukanlah sesuatu yang bisa dilakukan oleh orang umum. Mereka yang pengertiannya tidak mendalam dan meditasinya kurang, janganlah sekali kali dengan membabi buta mencoba-coba. Tanpa bimbingan guru, bila tersesat, mereka akan sulit keluar dari keadaan seperti itu.

Mengenai perihal "3 pintu gerbang dari Mara", yang disebut gerbang pertama dari Mara adalah terbangkitnya kekuatan roh pada pertigaan jalan. Yang disebut gerbang kedua dari Mara adalah konsentrasi yang benar dari Ciu Coan Sian Kung. Yang disebut gerbang ketiga dari Mara adalah keluarnya roh lewat ubun ubun kepala. Inilah metode sederhana yang dapat saya babarkan. Bila ke "3 pintu gerbang" (yaitu gerbang air, gerbang tanah (bumi), dan gerbang langit) tidak bisa dilewati, maka akan sulit memperoleh Tao. Pintu gerbang yang satu akan lebih sulit dilalui dari yang sebelumnya. Untuk dapat menerobos ke "3 pintu gerbang", tidaklah mudah melakukannya dengan kekuatan diri sendiri. Bila kekuatan diri sendiri dipadukan dengan kekuatan dari luar (yaitu kekuatan guru dan para dewata), hasilnya akan lebih baik. Perihal ke "3 pintu gerbang" ini akan saya jabarkan dengan lebih jelas di bagian lain. Disini saya hanya menerangkannya secara singkat saja.

Dengan tulus saya menasihati mereka yang cara berpikinya sederhana serta yang tidak memiliki kesabaran yang besar supaya hendaknya mereka beriman kepada ajaran ajaran yang sederhana saja, hendaknya mereka banyak melakukan kebaikan agar dalam kehidupan yang akan datang bisa memiliki saldo karma yang baik dan berjodoh dengan para dewata serta dapat dengan aman bersadhana, hendaknya mereka banyak menyebut nama Budha sehingga dapat terlahir di alam Sukhawati. Hanya kepada orang orang yang betul betul tidak takut akan kesulitan, saya menganjurkan untuk mengikuti pelajaran yang saya berikan karena metode dari aliran yang saya jabarkan merupakan bagian latihan tingkat tinggi untuk menghentikan kelahiran dan kematian.

Pada waktu saya menulis tulisan ini, Mara tingkat tinggi datang bertarung dengan saya dimana kedua belah pihak sama sama mengalami cidera.

4. Cara Membangunkan Kekuatan Roh

Didalam beberapa buku saya yang lalu tentang dunia roh, pernah saya uraikan

bagaimana caranya membangunkan roh secara benar. Didalam tulisan ini, saya ingin menekankan bahwa "membangunkan roh bersumber pada hati yang bulat terkonsentrasi."

Kedengarannya ini sungguh sederhana. Dan, memang kenyataannya demikian. Saya tidak ingin memutar-balikkan hal yang seharusnya sederhana menjadi sulit.

Kadang kadang saya merasa heran mengapa para guru guru agung dari Budhisme dan Taoisme sejak dulu tidak pernah mengungkapkan cara membangunkan roh yang sederhana ini kepada masyarakat umum. Apakah ini merupakan sebuah takdir bahwa hari ini saya yang mengungkapkannya? Apa yang saya sampaikan ini bukanlah bualan. Bila saya membual, maka akan menimbulkan reaksi yang keras dari langit dan bumi dimana Mara dan para asura akan datang berduyun duyun.

Syarat syarat yang harus dipenuhi bagi orang yang ingin membangunkan rohnya adalah sebagai berikut:

1. Harus memiliki keyakinan agama yang kuat. Orang yang tidak memiliki keyakinan agama yang mantap jangan mencoba coba bereksperimen untuk membangunkan rohnya karena bisa dirasuk oleh roh roh jahat. Jangan bermain main. Membangunkan roh harus dilakukan dengan kesungguhan hati dan ketaatan. Juga, anak kecil janganlah melakukan usaha membangunkan rohnya.

2. Harus berusaha menyingkirkan keinginannya dan mengkonsentrasikan pikirannya untuk membangunkan roh. Baik perihal membangunkan roh maupun perihal mencapai keBudhaan keberhasilannya terletak pada konsentrasi pikiran yang terpusat. Sewaktu roh berhasil dibangunkan, maka ada suatu perasaan didalam diri sendiri yang bagaikan mendengar suara yang menggelegar, atau bagaikan melihat sinar terang, atau bagaikan ular yang menyambar karena tersentuh. Roh didalam badan jasmani terasa bagaikan darah yang mengalir atau bagaikan ular yang melingkar lingkar di sekujur badan. Ini bisa dirasakan dengan jelas.

3. Sediakan tempat yang bersih seperti ruang meditasi atau kamar baca. Janganlah duduk diatas ranjang. Anda boleh duduk diatas kursi maupun duduk bersila asalkan dapat relax dan dapat duduk lama. Harus mandi, berpuasa, dan bervegetarian. Puasa dilakukan selama 3 hari. Lebih lama lebih baik. Asalkan dilakukan dengan tulus. Membakar dupa memohon pertolongan roh roh suci di langit dan di bumi. Harus melakukan semua ini dengan serius dan tidak bercanda sehingga tidak menyinggung para dewata.

4. Umat Budhis dan Taois boleh menyalakan dupa hio sebanyak 1 atau 3 atau 5 batang. Umat Budhis membaca "Namo Amitabha". Kaum Taois menyebut "Namo U Ci Yao Ce Cing Mu Ta Tien Cuen". Umat Kristen menyebut nama "Yesus Kristus". Umat agama lainnya sebutlah pujaannya menurut keyakinan agama masing masing. Kedua tangan beranjali dan diletakkan didepan dada. Pejamkan kedua mata. Kedua

kaki menginjak bumi. Hati berkonsentrasi menyebut nama pujaannya. Rasakan keheningan dan perpaduan hati dengan langit. Kalau bisa menggetarkan hati para dewata, mereka akan datang membantu. Pada saat itu, kekuatan roh di cakra akar akan bergerak bagaikan anak ayam yang baru menetas; kekuatan roh akan meloncat keluar. Meskipun demikian, pikiran akan tetap jernih. Jangan takut bila badan mulai bergerak. Biarkan bergerak. Tangan dan kaki akan mulai menari nari dan bergerak gerak. Wajah tidak berubah. Inilah yang disebut "6 gerakan". Pertahankan suasana hening dan jangan ternoda oleh hal hal yang buruk.

5. Berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk membangunkan kekuatan roh? Pada umumnya cukup 50 menit saja. Tapi tiap orang berbeda satu dengan lainnya. Ada orang yang baru duduk kurang dari satu menit sudah berhasil. Tapi ada orang setelah duduk sampai dua jam baru berhasil. Ada juga orang yang telah duduk berturut turut sampai 10 kali baru berhasil. Berdasarkan pengalaman saya, pada umumnya, ketika sampai 10 kali baru berhasil. Berdasarkan pengalaman saya, pada umumnya, ketika kita duduk bermeditasi, pikiran kita itu bagaikan gelombang yang tidak bisa diam yang merupakan hambatan dalam usaha memohon bantuan para dewata. Bila pikiran tidak terkonsentrasi, bukannya mendapat bantuan dari para dewata, malah bantuan yang datang adalah justru dari Mara penggoda. Tanpa ketulusan hati dan bantuan dari para dewata, memang bisa terganggu oleh roh roh jahat. Karena itu sekali lagi saya tekankan, lakukanlah hal ini dengan ketulusan hati.

Para guru Zen sejak dahulu kala berkata, "Lakukan meditasi dengan pikiran yang terkonsentrasi untuk mewujudkan sunyata dan Dharma yang sunyata. Jangan melekat." Hari ini, saya berbicara tentang metode yang berbeda tapi dengan makna dan tujuan yang sama agar orang dapat mencapai penerangan sempurna. Zen berbicara tentang konsentrasi dan ketenangan. Saya berbicara tentang roh dan gerakan roh yang dapat diperumpamakan sebagai samudera dan gelombangnya. Bagaikan samudera, permukaannya begitu bergelombang, tetapi di dasarnya begitu tenang. Inilah keadaan roh yang terbangunkan. Hendaknya dimengerti artinya.

Bila telah berhasil membangunkan roh, barulah dapat melatih kekuatan roh tersebut untuk akhirnya mencapai keBudhaan. Tingkat keberhasilan orang dalam membangunkan roh berbeda beda. Ada yang langsung memperoleh kesanggupan mata dewata. Ada yang langsung memperoleh kesanggupan membaca pikiran orang lain. Ada yang langsung memperoleh kesanggupan mengetahui kehidupan masa lampau.

Ada juga yang hanya merasakan kaki dan tangannya bergetar. Langsung atau tidaknya memperoleh kesanggupan yang besar semuanya tergantung kepada karma orang tersebut.

Guru saya, San San Chiu Hou, pernah berkata "Sang Budha menyelamatkan manusia dengan metode Dharma yang tak terhinnga. Dari metode meditasi yang sangat halus

dan tinggi sampai kepada Dharma untuk orang awam. Hari ini saya memabarkan metode Ling Xian karena masa untuk memabarkan Dharma tersebut sudah tiba. Saya berpesan kepadamu, Lian Sheng. Jangan lupa memabarkan metode pertama untuk membangkitkan roh ini agar para umat dapat beroleh reaksi dan kemudian mengabdikan diri untuk memperoleh keBudhaan."

5. Menjadi 'Orang Pertama Di Alam Dewa'

Sewaktu berlatih meditasi, saya pernah beberapa kali mengunjungi alam alam dewa sehingga sadar bahwa ternyata ada alam alam lain selain dunia manusia ini.

Pada suatu kali, saya mengunjungi sebuah alam dewa. Di alam dewa itu, tanah yang dipijak penuh dengan bunga; pemandangannya sangatlah indah; angin bertiup dengan sepoi sepoi; keadaan hening dan tidak berisik. Saya juga melihat ada dewa dewa yang sedang tertidur. Setelah berjalan di alam itu beberapa saat, datang seorang dewa tua memberi salam. Beliau bertanya kepada saya,

"Mengapa anda datang kemari?"

"Saya adalah Lian Sheng dari bumi. Saya tiba disini karena berada dalam Samadhi."

"Kembalilah. Tempat para dewa ini sangat sunyi bagaikan tak ada penghuninya. Yang ada hanyalah kehampaan. Para dewa yang ada disini sudah merasa puas diri dan tidak berusaha melatih diri lagi sehingga mereka tertidur. Kalau anda sudah kembali ke dunia, hendaknya anda memberitahu orang banyak untuk rajin melatih diri sampai pada tingkat yang termulia dan sampai pada tingkat orang pertama di alam dewa. Jangan menjadi orang yang nomor dua karena kalau nomor dua, akan menuju tempat seperti ini."

"Siapakah anda?", saya bertanya.

"Saya tidak bernama," kata dewa itu sebelum sirna.

Roh saya meninggalkan alam para dewa itu dan kembali ke tubuh jasmani saya untuk siuman kembali. Sewaktu saya siuman kembali, saya berada dalam posisi tidur terbungkuk. Padahal, sebelumnya saya sedang bermeditasi. Orang yang sadar bagaikan bermimpi dan orang yang bermimpi bahkan lebih berangan anan. Sungguh sulit menemukan orang di dunia ini yang benar benar terbangun dari mimpinya.

Saya menjadi mengerti mengapa kaum Zen tidak menurunkan sutra sutra dan menitikberatkan kesadaran secara menyeluruh yang kelihatannya samar samar. Metode ini tidak membenarkan adanya keragu-raguan maupun keterikatan pada jasa pahala. Semuanya disadari secara mendadak untuk menjadi Budha. Metode ini memang sangat sulit dipahami dan dilatih oleh sebagian besar orang, terutama di jaman sekarang ini sehingga keBudhaan dan kedewaan sepertinya begitu sulit dicapai.

Saya memperkenalkan metode aliran Ling Xian Cung dengan tujuan supaya orang tidak sia sia duduk bermeditasi tanpa mencapai keberhasilan. Reaksi cepat didapat dengan "membangunkan roh" sebagai langkah permulaannya. Di jaman sekarang yang berdasarkan ilmu pengetahuan modern ini, dituntut adanya bukti nyata sewaktu berbicara tentang adanya dunia roh. Bila tidak bisa mengerti tentang roh yang dapat pergi ke alam lain dan bahwa kaum Zen tidak duduk secara sia sia, maka ini sama saja seperti dewa yang sedang tertidur. Kalau demikian, apakah manfaatnya menjadi dewa?

Orang yang rohnya terbangunkan dan terus melatih diri berdasarkan teori dan pelajaran yang benar akan menjadi 'orang pertama di alam dewa'.

Orang yang rohnya terbangunkan dapat melatih diri lagi untuk mencapai tingkatan "membaca pikiran orang lain". Cara melatihnya sebagai berikut:

Setelah seseorang terbangun rohnya sehingga sedikit banyak dapat melakukan kontak batin, maka sebagai langkah selanjutnya --ia harus selalu menjaga hatinya sendiri dan membaca mantra. Ia harus menjaga keheningan hati, menjaga supaya roh yang telah terbangunkan itu terkendalikan dan tidak mengembara, dan banyak membaca mantra. Ini adalah perpaduan antara badan jasmani, ucapan, dan pikiran untuk mencegah datangnya gangguan dari luar.

Dengan membaca mantra, ia akan memperoleh bimbingan dari para Budha, memperoleh kebijaksanaan, dan berangsur angsur mengurangi karma buruknya. Ini bagaikan cermin terang yang muncul didalam hati dan tampak di mata. Ketika tiba saatnya, hati sendiri akan menjadi cermin bulat besar yang bercahaya. Inilah yang disebut kaum Taois sebagai 'cermin perak'. Bila 'cermin perak' telah ada didalam hati dan disesuaikan dengan 'cermin perak' di langit, inilah yang disebut 'mencapai Tao'. Bila 'cermin perak' yang memancarkan sinar itu berada didalam hati, maka dengan kekuatan konsentrasi pikiran --apa yang kita harapkan akan tampak didalam cermin perak tersebut. Penampakan/kemunculan nya hanya sekilas; muncul di hati kemudian terbayang ke otak dan akhirnya ke mata. Pada saat itu, apa yang berada didalam benak pikiran orang lain akan dapat diketahui. Inilah salah satu dari 6 Abhijnas (6 Kesanggupan Batin) yang disebut 'membaca pikiran orang lain' (Para-Citta-Jnana).

Orang yang rohnya sudah terbangunkan namun tidak berjodoh dengan para dewata --dapat memasang sebuah arca pujaan untuk menjadi objek konsentrasi hati. Kemudian, mereka melakukan puja bakti dengan hormat pada pagi hari dan malam hari. Sebatang dupa dapat dinyalakan sewaktu duduk bermeditasi dihadapan altar sehingga dupa yang wangi dapat membantu mengkonsentrasikan pikiran. Tidak ada syarat syarat khusus tentang arca Budha atau dewa yang digunakan. Asalkan arca itu sesuai dengan selera hati, itu sudah baik. Bentuk arca disesuaikan dengan hati; bila ada rasa senang dan kecocokan dengan bentuk arca tersebut, maka akan timbul ketulusan hati.

Orang yang rohnya terbangunkan dan memang berjodoh dengan para dewata, gunakanlah kesempatan untuk melatih diri sebaik baiknya. Setelah roh terbangunkan, jangan tergesa gesa menginginkan hasil yang besar. Harus sabar dan giat melatih diri. Ketahuilah bahwa perihal kontak batin dan reaksinya bukanlah sesuatu yang dapat dipaksakan. Ini adalah sesuai dengan hukum sebab akibat. Kalau didalam kehidupan sekarang --belum dapat memperoleh keberhasilan, latihan dapat diteruskan dalam kehidupan yang akan datang. Bila ingin terlahir di alam para Budha, tekunlah didalam usaha dan yakinlah bahwa latihan ini bermanfaat. Bila tidak melatih diri dalam kehidupan ini, mau menunggu sampai kapan baru mulai?

Konsentrasi pikiran adalah dasar didalam latihan pembinaan kekuatan roh dan menyingkirkan gangguan Mara. Bila telah dapat melakukan kontak batin dengan para roh suci di langit, begitu menggerakkan kesadaran, maka akan segera terjadi kontak secepat sambaran kilat. Dalam waktu sekejap, roh orang itu sudah dapat pergi menuju alam para dewa.

Guru San San Chiu Hou pernah berkata, "Semua Dharma adalah cara untuk melepaskan diri. Semua Dharma itu tersedia bagi para insan. Para Budha dan Bodhisattva membabarkan semua metode tapi sebenarnya tidak ada satu metode pun yang diciptakan. Yang paling penting adalah tidak melupakan kesadaran diri. Maka akan mencapai tingkat para dewa dan Budha. Metode aliran Ling Xian adalah suatu yang mendasar dan bukanlah sesuatu yang rahasia maupun berbeda. "

6. Tiga Bukti Dari Kekosongan Dharma

Aliran Ling Xian Cung yang saya perkenalkan bertujuan untuk menjawab keadaan manusia sekarang ini yang sesuai perkembangan jaman selalu meminta bukti nyata sebelum mempercayai sesuatu. Kalau orang tidak segera merasakan hasilnya atau buktinya, sulit menemukan orang yang berjodoh di jaman ini. Apalagi pengaruh paham atheisme di jaman sekarang telah membuat manusia menjadi sombong dan tidak mengerti adanya gangguan Mara.

Dengan kemampuan saya yang terbatas ini, saya bermaksud meyakinkan manusia agar mengetahui adanya dunia roh, hukum karma, dan reinkarnasi sehingga mereka tidak lagi melakukan kejahatan dan malah sebaliknya mulai mengumpulkan kebajikan sehingga bisa membangun surga diatas bumi.

Guru saya, San San Chiu Hou, seorang dewata, menunjukkan tiga bukti dari kekosongan Dharma. Tiga bukti tersebut adalah Zen, Tantra, dan aliran Ling Xian Cung.

Zen dan Tantra sudah dikembangkan cukup lama. Sedangkan aliran Ling Xian Cung baru tumbuh sekarang. Kalau aliran aliran lain telah banyak guru gurunya, maka aliran Ling Xian Cung baru dimulai oleh saya. Saya bukanlah seorang yang pandai. Saya hanya ingin menyiapkan guru guru di masa mendatang. Tugas saya adalah melakukan

pekerjaan meratakan jalan. Di masa mendatang, akan muncul para Budha sesuai dengan kehendak jaman. Itu merupakan saat berkembangnya aliran Ling Xian Cung.

Latihan didalam aliran Ling Xian Cung tidak bisa keluar dari dasar dasar Budhisme. Aliran ini merupakan aliran Budhisme. Satu satunya perbedaan dengan aliran aliran lain adalah bahwa aliran ini bermula dari perihal pembangkitan kekuatan roh.

Aliran Ling Xian Cung tidak boleh bertolak belakang dari hal kesetiaan, bakti, kemanusiaan, cinta kasih, kepercayaan, solidaritas, perdamaian, susila, kebenaran, hidup sederhana, menghindari kejahatan, sesuai dengan hukum alam, bermanfaat bagi negara dan bangsa, berbuat kebajikan, dengan tujuan akhir untuk mencapai keBudhaan.

Zen dan Tantra sebetulnya sangat mirip. Bahkan ada bagian yang tak dapat terpisahkan antara keduanya. Guru guru Zen belajar Tantra, begitu pula guru guru Tantra belajar Zen sehingga sampai sekarang Zen dan Tantra sepertinya tidak bisa dipisahkan.

Maha Bksu Tay Si membagi Zen menjadi:

1. Zen tentang penerangan hati Tathagata
2. Zen yang melampaui Budha dan para sesepuh
3. Zen yang melampaui lima aliran Zen lainnya
4. Zen dari periode Sung, Yuan, dan Ming.

Sedangkan secara tingkah laku, Zen terbagi menjadi:

1. Dhyana dari Tathagata
2. Dhyana langsung kepada para sesepuh
3. Dhyana dari para siswa
4. Dhyana yang disampaikan secara lisan.

Guru guru Zen menggunakan metode penyampaian dari mulut dan hati sehingga membuat Koan menjadi sangat banyak. Memperoleh atau tidaknya penerangan semuanya berada pada masalah kekosongan dan isi. Kebendaan membuktikan teori. Teori membuktikan kebenaran. Pada umumnya tingkat kesadaran dari orang awam sangat terbatas sehingga sangat sulit menerobos dengan teknik ini. Orang yang bisa mencapai penerangan secara total jumlahnya sungguh sangat terbatas. Banyak orang banyak berbicara tentang teori Zen tanpa pengertian Zen yang benar. Meskipun mereka mengenal metode Koan, tetapi tidak tanpa pengertian Zen yang benar.

Meskipun mereka mengenal metode Koan, tetapi tidak mempunyai tempat pijakan yang benar sehingga mereka tidak tahu bagaimana melatihnya.

Didalam perihal Tantra, Tantra terbagi menjadi Tantra Timur dan Tantra Tibet. Tantra bermakna "Rahasia" (Esoterik). Yang dimaksud rahasia disini adalah secara badan jasmani, ucapan, maupun pikiran. Teori teori Tantra sangat dalam dan halus sehingga Tantra bukanlah pelajaran bagi orang awam. Ada teori teori tentang Anuttara Tantra, MahaMudra, dan latihan berpasangan, misalnya. Tantra Esoterik sangat berbeda dengan Budhisme Exoterik dan juga lebih sukar untuk dimengerti. Zen dan Tantra tidaklah terlalu jauh perbedaannya. Orang yang tidak memiliki kebijaksanaan yang tinggi sulit untuk menetralkan pelaksanaan dan pengertian Zen dan Tantra.

Setelah saya menjadi seorang Budhis dan membaca sangat banyak sutra Budhisme, demi untuk mencapai inti kekosongan, saya juga melatih diri didalam Zen dan Tantra. Saya merasakan bahwa Zen dan Tantra merupakan sebuah Dharma tingkat tinggi. Dengan menekuni meditasi, saya mencapai keberhasilan di tingkat Karmadhattu, kemudian ditingkat Rupadhattu, dan akhirnya mencapai tingkat Arupadhattu. Alam kekosongan itu bagaikan atmosfir tingkat tinggi yang tanpa batas. Semuanya hampa. Saya menyadari ini merupakan keadaan "Lokutara" (diluar duniawi). Keadaan ini mudah menimbulkan kemelekatan yang terselubung. Karena segala sesuatunya tidak berada, maka timbul rasa ketakutan sehingga akhirnya orang bisa mundur dan kembali ke alam Rupadhattu. Saya menemukan bahwa semua yang berada dalam alam Rupadhattu terbalik dengan keadaan di alam Arupadhattu. Alam Arupadhattu merupakan ujian yang maha berat bagi mereka yang benar benar menekuni bhavana (pembinaan diri). Saya telah melatih Zen dan Tantra sampai menemukan bagian yang paling halus --menerobos alam Arupadhattu dan keluar dari alam bukan pikiran dan juga bukan "bukan pikiran". Bila mencapai ini, maka baru dapat dikatakan mencapai "Lokutara" (keluar dari dunia ini). Letak kesulitannya disini. Hanya orang yang memiliki kebijaksanaan yang tinggi baru dapat mengerti dan menghayati hal ini.

Latihan untuk menghayati dan membuktikan kebenaran dari Zen dan Tantra bukanlah latihan bagi orang orang di tingkat kesadaran sedang maupun tingkat kesadaran bawah. Dengan sedih saya harus berkata demikian. Oleh karena itu, dengan mengambil kelebihan dari metode Zen tentang samadhi dan mengambil kelebihan dari Tantra tentang Mahamudra, saya menggabungkan keduanya dengan metode Ling Xian Cung tentang "meningkatkan api" sehingga ketiga metode ini terpadu untuk mempercepat proses kontak batin, untuk membuktikan tentang kekosongan, untuk dapat memberikan penghayatan yang nyata sehingga para siswa dapat lebih mudah memperoleh kesanggupan batin. Perpaduan ini tidak berdasarkan pembicaraan Zen dan Tantra yang teoritis saja tetapi memberikan pengertian yang sederhana bagi orang yang belum mengerti. Sudah waktunya teknik ini terbuka bagi umum dan tidak lagi dirahasiakan. Saya mengharapkan semua orang dapat mengerti Budha Dharma yang sangat luas. Saya mengharapkan bukan hanya segelintir manusia saja yang dapat diseberangkan tapi juga mereka yang mempunyai tingkat kesadaran menengah

kebawah.

Misalnya, ada seorang nenek tua yang buta huruf dan tidak bisa melatih diri didalam Zen dan Tantra. Dengan roh yang terbangunkan, digabungkan dengan keyakinan yang teguh serta banyak menyebut nama Budha, maka ia dapat membentuk sarira dan memperoleh kesanggupan kesanggupan batin lainnya.

Ada sebuah gatha untuk mengisahkan hal ini.

Melatih Dhyana (Zen) dan menuju pembebasan sebenarnya tak ada suatupun yang dilatih.

Melatih Tantra dan bervipasana untuk membuktikan sifat kekosongan.

Sebenarnya kedua duanya bukanlah suatu yang berbentuk, dan sekarang dengan tiga metode membuktikan kekosongan.

Gatha (syair) ini saya buat pada tahun 1976 di Ley Cang Se (Ce Huey) dikota Hua Lien. Sewaktu menulis gatha ini, dari atas langit muncul gumpalan awan besar. Kemudian, dari gumpalan awan itu, muncul seekor gajah besar yang diduduki oleh seorang Bodhisattva. Ternyata beliau adalah Pu Sian Pu Sa (Samantabadra Bodhisattva). Saya melihat bunga surgawi bertaburan. Para dewa lainnya juga hadir. Dan masing masing mereka memegang bunga teratai. Samantabadra Bodhisattva tersenyum dan berkata, "Lian Sheng, perbuatan yang besar sesungguhnya bukanlah perbuatan yg besar. Karena itu, diperlihatkan semua perbuatan. Melihat kekosongan sebenarnya bukanlah kekosongan. Maka diperlihatkan segala kekosongan." Saya menengadahkan keatas memandang sang Bodhisattva, kemudian beranjali dan bernamaskara. Terlihat sang Bodhisattva memancarkan sinar panca warna dimana sinar panca warna itu membentuk jala. Di setiap bagian jala tersebut tampak bentuk Samantabadra Bodhisattva yang kecil. Jumlahnya sangatlah banyak. Setelah beberapa lama, pemandangan itu semua sirna.

Guru San San Chiu Hou pernah berkata, "Orang yang melatih kekuatan roh jangan sekali kali menjadi sombong. Semua manusia belajar dari dasar. Asalkan dengan tulus belajar Dharma, maka akan memperoleh semua Dharma. Dengan Dharma tersebut, menolong manusia dunia sesuai dengan nilai dan ajaran Dharma, mengabdikan kepada masyarakat sesuai dengan nilai nilai kemanusiaan, solidaritas, sopan santun, dan kebenaran. Hal hal tersebut harus diterapkan."

7. Latihan Dasar Dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Jasmani

Roh yang telah berhasil terbangunkan akan bermanfaat bagi kesehatan jasmani orang yang bersangkutan. Tulisan ini akan membahas tentang "Cu-Ci", sebuah istilah didalam Taoisme yang berarti "dasar untuk mengokohkan" yang merupakan langkah pertama didalam latihan pembinaan roh.

Untuk menjelaskan perihal manfaat roh yang terbangunkan terhadap kesehatan jasmani, nona Chen dari Taipeh menulis sepucuk surat kepada saya menceritakan pengalaman pribadinya. Isi suratnya adalah sebagai berikut:

Master Lu,

Saya mengalami suatu hal dan memohon penjelasan anda. Saya adalah seorang yang setiap hari melakukan puja bakti kepada Budha dan Bodhisattva. Semenjak saya membaca buku karya anda tentang roh, saya mulai menyebut nama Amitabha Budha dan Kwan Im selama 10 menit setiap pagi di hadapan altar keluarga saya yang memuja Sakyamuni Budha, Avalokitesvara Bodhisattva, dan Kwan Kong.

Pada suatu hari, ketika saya sedang berlutut dan telah menyebut nama Budha (nian-fo) selama 10 menit, saya merasa ingin duduk diatas kursi. Lalu, saya beranjali sambil terus menyebut nama Amitabha didalam hati. Tak lama kemudian, saya melihat sinar putih yang berkilau bagaikan kilat. Hati saya berdebar debar. Tangan saya menjadi lemas. Saya mulai merasakan adanya suatu tenaga yang ingin memisahkan kedua tangan saya yang menyatu. Saya segera membaca nama Budha lagi. Semakin saya membaca, saya lebih melihat lagi sinar putih yang berkilauan bagaikan sinar aura yang dipancarkan sang Budha. Kedua tangan saya mulai bergerak perlahan lahan dengan gerakan yang berubah-ubah bagaikan orang yang sedang melakukan senam Tai Chi. Akhirnya, kedua tangan saya bergerak ke atas kepala dan berputar membuat suatu lingkaran besar sebelum beranjali dan bernamaskara 3 kali kepada Budha. Setelah itu, secara otomatis, gerakan itu berhenti. Pengalaman Pengalaman ini berlangsung selama 10 menit.

Di Pada hari 2, saya tetap berlutut sambil membaca nama Budha selama 10 menit. Kemudian baru duduk diatas kursi selama 10 menit. Kedua tangan saya saya berpisah secara otomatis dan melakukan gerakan gerakan. Gerakannya sangat aneh yang tidak pernah saya lakukan sebelumnya. Lalu, kedua jari saya saling merapat. Pada saat itu, saya melihat sinar putih yang berkilauan. Saya merasakan didalam hati saya --ada suatu kekuatan yang bergelombang dan kemudian suatu perasaan yang hening. Roh sepertinya ingin keluar dari perasaan. Hal ini berlangsung selama 15 menit.

Di hari ke 3, setelah selama 10 menit menyebut nama Budha, kedua tangan saya berpisah. Semua seperti biasa saja. Tidak ada sinar putih. Detak jantung normal. Tangan tidak merasa kaku. Ini berlangsung selama 15 menit.

Di hari 4, sekitar satu menit sebelum berlutut menyebut nama Budha, secara otomatis saya merasa ingin berdiri dan mengikuti formula biasa untuk berlutut dan bernamaskara sambil belajar memperbaiki gerakan tubuh didalam bernamaskara agar lebih sempurna gerakannya. Cara berlutut dan bernamaskara terbagi 3 bagian. Ini saya pelajari selama 20 menit sebelum saya berlutut menyebut nama Budha untuk menyelesaikan puja bakti pagi hari. hari.

Di hari 5, saya berfokus pada gerakan mengurut muka dan seluruh tubuh. Tangan bergerak secara sendirinya dan alamiah mengurut tubuh secara benar. Tangan bergerak secara sendirinya dan alamiah mengurut tubuh secara benar dan membuat badan saya merasa sehat dan segar.

Di hari 6 (hari Minggu), saya tidak pergi ke kantor sehingga dapat berkonsentrasi mengurut bagian pencernaan karena tadi malam bagian pencernaan terasa tidak enak. Gerakan yang terjadi cepat dan baik. Sebagian besar gerakan adalah gerakan mengurut muka, pencernaan, dan pundak. Hal ini berlangsung kira-kira 1 jam.

Di hari ke 7, kali ini saya membuka mata saya dalam melakukan puja bakti. Yang terlihat adalah gerakan yang tempo hari dibayangkan ketika saya memejamkan mata saya. Gerakannya sangat indah, unik, dan berdasarkan irama yang teratur. Ini berjalan selama 20 menit.

Di hari ke 8, saya melakukan gerakan mengurut bagian dada. Gerakan tersebut sungguh tidak pernah terpikirkan. Cara melakukan gerakan mengurut dada itu, didalam mimpi pun tidak pernah saya lihat. Saya melakukan gerakan mengurut muka dan dilanjutkan dengan gerakan mengurut di sekitar muka selama beberapa menit. Kedua tangan sepertinya ingin mengambil sesuatu di alam terbuka dan kemudian dipusatkan ke bagian kulit. Setelah itu, saya mulai mulai dibimbing menggunakan pernapasan dengan dada, menghisap napas dan mengeluarkan napas. Jari tangan saya membuat gerakan membimbing.

Menarik napas harus lambat. Setelah menarik napas, harus berhenti sebentar. Setelah mengeluarkan napas, juga harus berhenti sebentar. Ini berlangsung selama 30 menit.

Di hari 9, saya mulai diajari pernapasan dalam dari dada dan kemudian gerak tangan yang berubah ubah. Saya berdiri menarik napas dalam dalam. Kemudian, kedua kaki saya berputar membantu menarik napas dalam dalam. Ini berlangsung selama 40 menit.

Di hari ke 10, saya berlutut sambil melakukan puja bakti. Gerakan yang terjadi hampir seluruhnya bersangkutan dengan hal keseimbangan. Gerakannya seperti bentuk busur yang sangat aneh.

Saya ingin tahu darimana datangnya kekuatan gerakan ini. Saya yakin anda pasti mengetahuinya. Mohon anda dapat memberikan petunjuk yang jelas.

Terima kasih.

Surat diatas menceritakan pengalaman nyata nona Chen di Taipeh. Nona Chen adalah seorang yang rohnya terbangunkan tanpa disadari dan yang mendapat pertolongan kekuatan roh dari luar yang membimbingnya melakukan gerakan gerakan memijat yang berguna bagi kesehatan jasmaninya. Apa yang dialami nona Chen adalah

kejadian wajar bagi orang-orang yang rohnya terbangunkan. Ada orang yang melakukan gerakan memijat berdasarkan urat nadi seperti dialami nona Chen. Ada orang yang bergerak tangannya membentuk berbagai macam mudra. Ada orang yang diajarkan keluar masuknya pernapasan, yoga untuk kesehatan, dan gerakan-gerakan lainnya.

Gerakan-gerakan yang timbul setelah roh terbangunkan tidak perlu menimbulkan rasa takut. Gerakan-gerakan itu merupakan sebuah perkembangan yang wajar saja. Gerakan-gerakan itu bukanlah gejala kesurupan maupun gerakan yang sembarangan tak bermakna. Pengalaman setiap orang yang rohnya terbangunkan berbeda, tetapi semuanya wajar. Setelah roh seseorang terbangunkan, roh di langit dapat melindungi orang yang baru "lahir" tersebut dan memberi petunjuk untuk melatih badan jasmaninya sehingga menjadi kuat. Proses latihan ini disebut "Cu-Ci"

"Cu-Ci" adalah latihan dasar kaum Taois. Seorang yang badan jasmaninya masih lemah, bila ingin membina roh, akan mulai dengan latihan "Cu-Ci". Bila dilatih sampai tingkat tinggi, maka dapat mencuci badan jasmani sehingga dapat membuat rambut putih menjadi hitam, kulit menjadi merah, tulang jasmani menjadi kokoh, kedua mata bercahaya, awet muda, dan menyingkirkan segala macam penyakit.

Saya akan menjelaskan latihan "Cu-Ci" ini di tulisan yang berikutnya. Latihan ini tidak mudah karena harus mempunyai semangat dan kerajinan. Latihan ini merupakan awal dari pengalaman-pengalaman menakutkan tapi nyata yang akan membuka misteri tentang yoga, Tantra, teori tentang perubahan roh, alam sadar dan bawah sadar, kekuatan konsentrasi pikiran, dan kehidupan spirit manusia.

Guru San San Chiu Hou pernah berkata, "Tao sebenarnya tidaklah berwujud Tao, tetapi berubah-ubah dengan segala macam variasi. Orang yang bisa membangunkan kekuatan rohnya bisa mendapatkan kesehatan jasmani dan memperpadukan segala macam ilmu-ilmu langka di bumi ini."

8. Kesadaran

Keadaan dunia orang-orang yang rohnya terbangunkan sangat gaib dan tak terbayangkan oleh orang-orang lain. Bagaikan sebuah taman bunga yang tak bertepi dan tak terbuka untuk umum, orang yang dapat masuk ke dalam taman tersebut akan tercengang melihat kegaibannya. Kunci dari kekuatan roh yang terbangunkan adalah memasuki suatu tingkat kesadaran (vijnana) yang lebih halus yang berkaitan erat dengan perihal 'lepasnya sang Aku'.

'Sifat sensitif' dari seorang manusia ada yang merupakan pembawaan dari kelahiran masa lampunya tetapi ada juga yang merupakan hasil latihan dalam kehidupan sekarang. Orang yang melatih kekuatan roh dapat menggunakan kekuatan konsentrasi pikirannya yang tak terpecah untuk membangunkan rohnya. Prosesnya ini dapat dianalogikan sebagai seekor induk ayam yang ingin menetas telur ayam.

Menetasnya telur ayam adalah 'keluarnya roh dari cakra akar', sebuah pekerjaan yang memerlukan kesabaran. Terus berlatih sampai 'temperaturnya cukup' dimana kekuatan roh menjadi cukup kuat untuk menetas (menerobos semua belunggu) sehingga memperoleh kebebasan. Sebagai analogi, kesadaran dapat dikatakan sebagai majikan manusia yang tak berbentuk dan kompleks. Sedangkan otak manusia dapat dianalogikan sebagai sebuah mesin yang juga sangat kompleks dan yang adakalanya tidak terkendalikan oleh kesadaran. Biarlah saya memberikan penjelasan tentang 3 kemungkinan hubungan antara kesadaran dan otak sebagai berikut.

Kemungkinan pertama adalah bila kesadaran (majikan) berpadu dengan otak (mesin) secara harmonis. Orang yang mempunyai hubungan seperti ini antara kesadaran dan otaknya adalah orang umum. Kemungkinan kedua adalah bila kesadaran (majikan) mengendalikan otak (mesin) sehingga dapat memanfaatkan semua kemampuan mesin. Orang yang mempunyai hubungan seperti ini antara kesadaran dan otaknya adalah para sadhaka sampai pada suatu tingkat dimana kesadarannya melampaui orang biasa. Orang yang memiliki kesadaran dengan kesanggupan yang tinggi dapat memancarkan suatu getaran dengan frekwensi khusus yang halus dari pikirannya sehingga kemampuannya melakukan kontak batin melampaui kemampuan orang awam. Orang yang rohnya terbangunkan dapat melatih diri untuk mencapai tingkat ini.

Kemungkinan ketiga adalah bila kesadaran (majikan) sangat rendah kemampuannya sehingga tidak bisa mengendalikan otak (mesin).

Orang yang mempunyai hubungan seperti ini antara kesadaran dan otaknya adalah orang yang mengalami gejala 'lemah syaraf' atau 'tidak waras'.

Seorang Cina yang bermukim di Toronto (Kanada), di dalam perjalanan ke Hongkong, singgah di Tai Chung untuk mencari saya. Dia menceritakan kepada saya pengalamannya sebagai berikut: "Ayah saya yang lahir di Tung She, setelah membaca buku berjudul 'Berbincang bincang tentang ramalan dewata', 'Antara Roh dan saya', dan buku karya anda (Master Lu) lainnya, menilai buku anda itu sangat bermanfaat. Maka, ia mengirimkan buku anda itu kepada saya di Kanada. Setelah membaca buku anda itu, saya tergugah dan mulai bermeditasi dan melakukan bhavana berdasarkan petunjuk didalam buku anda. Setelah menyalakan dupa, dengan tulus saya memohon kepada para Budha dan Bodhisattva. Saya dapat merasakan tangan saya sedikit bergetar. Di luar itu, tidak ada perasaan unik lain yang saya rasakan. Meskipun demikian, saya terus melakukan sadhana sehari sekali tanpa pernah berhenti. Saya jarang bermimpi. Tapi, pada suatu hari, saya bermimpi tentang teman baik saya yang bernama Tuan Chien yang di dalam mimpi menderita sakit. Beberapa hari kemudian, saya menerima kiriman surat darinya yang mengatakan bahwa ia sakit keras. Kejadian ini membuat saya tercengang. Kejadian kedua yang unik adalah sewaktu suatu saat saya berdoa meminta untuk dapat berjumpa dengan seseorang dalam mimpi malam itu. Ternyata memang malam itu saya bermimpi

berjumpa lagi dengan teman saya itu dan membicarakan tentang masalah kesehatan, pekerjaan, dan usaha. Informasi yang didapat dari pembicaraan dalam mimpi itu terbukti benar dari surat teman saya itu beberapa lama kemudian. Saya sekarang mulai mengerti bahwa sesungguhnya kekuatan pikiran adalah sesuatu yang tidak bisa diabaikan. Pengalaman unik saya yang ketiga adalah pada suatu waktu dimana tukang pos di Kanada melakukan mogok kerja masal. Saya lama tidak mendapat surat dari rumah sehingga saya sungguh ingin berjumpa dengan ibu saya. Setelah saya berdoa, saya bermimpi melihat ibu saya berbaring diatas ranjang dengan dikelilingi oleh sekerumun orang yang menarik kaki dan tangannya. Saya sangat terperanjat dan segera mengusir orang-orang di sekitar ibu saya itu. Setelah terbangun dari mimpi, saya tahu bahwa ibu saya berada didalam bahaya. Maka saya segera terbang ke Taiwan. Setiba di rumah ibu saya di Taiwan, saya dapatkan bahwa ibu tidak ada di rumah tapi sedang berada di rumah sakit dan telah berkali-kali pingsan meskipun akhirnya tertolong juga. Orang di rumah bertanya kepada saya, "Bagaimana kau tahu ibu sedang sakit?" Saya hanya tersenyum menjawabnya."

Dari kisah diatas sebagai ilustrasi dimana kesadaran roh dapat dirasakan lewat mimpi, kita ketahui bahwa kesadaran roh manusia yang terpancar sangatlah unik, tak terbayangkan, dan merupakan sebuah ilmu pengetahuan yang kompleks. Kesadaran roh adalah perasaan manusia yang paling halus dan tinggi untuk dapat mengetahui pengalaman dalam kelahiran masa lampau dan mengetahui kehidupan yang akan datang. Berdasarkan informasi yang didapat dari penggunaan kesadaran roh, reinkarnasi atau kelahiran kembali di dunia merupakan jejak yang tidak bisa hilang dan dapat ditelusuri. Dengan menggunakan kekuatan roh untuk menerobos cakras dasar laut, membebaskan bagian dari roh yang terbelenggu disana, dan memberikan pembinaan yang benar kepada roh itu, maka akan memperoleh hasil yang baik.

Pada hari ke dua setelah roh saya terbangunkan, saya berlanglang buana menuju ingatan masa lampau saya. Karena terbukti kebenarannya, maka saya percaya akan hal ini. Guru San San Chiu Hou pernah berkata, "Kesadaran itu adalah majikan manusia. Kesadaran yang benar adalah roh. Kesadaran yang palsu adalah Mara. Mara menimbulkan bentuk kepalsuan yang memutar-balikkan kenyataan. Masuk kedalam Budha atau Mara semuanya berawal dari roh yang sudah disucikan."

9. Kekuatan Mantra

Metode latihan dari aliran Ling Xian Cung erat hubungannya dengan mantra Tantra. Mantra adalah Dharma. Dharma adalah mantra yang merupakan bahasa rahasia dari San Sien Chiu Yao Sen Kung. Mantra merupakan pemberian para Budha dan Bodhisattva yang penuh welas asih. Mantra juga dapat dikatakan sebagai intisari dari kekuatan Dharma dan sebagai wadah dari sesuatu yang telah disaring. Orang yang membina kekuatan rohnya harus menggunakan mantra. Menggunakan mantra berarti menggunakan kekuatan para Budha dan Bodhisattva untuk memasuki hati diri sendiri agar diri sendiri dapat terangkat ke sunyata.

Mantra didalam Budhisme tidak diartikan kata katanya karena makna mantra sangat luas tak terhingga dan kekuatan para Budha dan Bodhisattva tak dapat terbayangkan. Berusaha mengartikan mantra itu bagaikan orang ingin menjelaskan tentang langit yang begitu besar dan tak bertepi.

Akhir akhir ini, ada beberapa biksu mencetak beberapa buku tentang Maha Karuna Dharani dan berusaha menjelaskan tentang mantra Maha Karuna Dharani. Penjelasan itu tidak akan sempurna karena mantra adalah sesuatu yang tidak bertepi. Menjelaskan arti mantra itu bagaikan berusaha melempar batu untuk menyentuh langit. Buku buku yang menjelaskan makna dari mantra tidak ada salahnya dibaca, tapi janganlah terlalu melekat pada penjelasan yang diberikan karena akan berakibat berkurangnya nilai mantra tersebut.

Semua Dharma adalah mantra, dan mantra adalah semua Dharma. Membaca mantra itu bagaikan orang naik perahu untuk menyeberang ke tepi seberang. Kekuatan mantra sangat besar dan tidak boleh diremehkan.

Ada berbagai macam mantra Budhis seperti Surangama Dharani, Maha Karuna Dharani, Dharani Cundi Bodhisattva, dan lain lain. Didalam Taoisme, ada mantra pembersih alam, mantra menuju ke langit, mantra Cin Kuang, mantra Hun Tien, dan lain lain. Anda dapat juga menyebut satu nama Budha saja, misalnya Amitabha sebagai manifestasi dari semua Dharma. Membaca sebuah mantra Amitabha mengisyaratkan perbuatan dimana hati mengikuti Budha dimana konsentrasi pikiran digunakan untuk menyingkirkan semua rintangan didalam menyatukan hati diri sendiri dengan Budha sehingga roda Dharma berputar dan terjadilah kontak batin.

Di kota Tai-Chung, ada seorang nenek yang buta huruf dan tidak pernah membaca buku. Seumur hidupnya ia menyebut nama Amitabha tanpa memikirkan yang lain. Setelah beliau meninggal dan tubuhnya dikremasikan, ternyata dari jasadnya ditemukan sarira dari berbagai warna. Semua sarira tersebut berbentuk bulat dan unik. Seorang nenek, dengan hanya mengandalkan kekuatan mantra, telah begitu berhasil membentuk sarira didalam tubuhnya. Hal ini sepatutnya membuat para biksu yang telah sekian lama berlatih tanpa dapat membentuk sarira mengintrospeksi diri sendiri kembali.

Berdasarkan penelitian saya dibawah bimbingan guru saya, mantra sesungguhnya adalah hati. Mantra juga merupakan kesadaran. Hati dan kesadaran sebenarnya satu. Mantra adalah dasar dari Dharma. Bila bisa berkonsentrasi dalam menggunakan kekuatan mantra, maka akan diperoleh suatu pengertian hati. Kekuatan mantra yang dikonsentrasikan akan memenuhi jagad raya dan menyingkirkan semua kemelekatan.

Setelah roh saya terbangunkan, saya tertarik untuk mempelajari beberapa macam mantra dan lama menjapa mantra mantra itu satu persatu dengan tidak tergesa gesa sampai saya mendapatkan pengertian didalam batin. Selama beberapa lama, sepertinya

tak terjadi apa apa. Pada suatu hari yang tepat jatuh pada hari peringatan Amitabha Budha mencapai penerangan sempurna, saya pergi ke sebuah kuil Budhis. Setiba disana saya memberi penghormatan kepada Budha sebelum masuk ke dalam ruang dimana arca Ksitigarbha berada. Di tengah tengah ruangan, diletakkan kotak abu jenazah yang dibariskan dengan rapi. Setelah memberi penghormatan kepada Ksitigarbha, saya membaca mantra Wang Sen Cou sambil beranjali dan mengitari abu jenazah untuk turut berpartisipasi membantu arwah tersebut. Begitu saya mulai membaca, saya merasakan kepala saya sepertinya berat dan berdenyut denyut. Sewaktu saya memperhatikan kotak abu jenazah, saya melihat diatas kotak itu ada sepasang tangan yang beranjali. Saya tidak merasa takut tapi merasa kaget. Sewaktu saya mendekati untuk mengamati lebih jelas, tangan yang beranjali itu lantas hilang. Tetapi, begitu saya membaca mantra kembali, tangan yang beranjali tersebut tampak lagi. Kemudian telinga saya mulai mendengar sepertinya banyak orang, tua dan muda, juga membaca mantra Wang Sen Cou bersama sama saya. Ternyata saya membaca mantra bersama orang orang yang sudah meninggal. Sejak saat itu, bila membaca mantra, saya pasti dapat melakukan kontak batin.

Ada sebuah pengalaman saya yang sangat jelas sewaktu saya membaca mantra. Pada suatu pagi, saya sedang membaca Surangama Dharani dengan duduk berlutut. Tiba tiba saya merasakan badan saya terangkat. Alas tempat duduk saya menjadi sebuah bunga teratai berwarna merah. Tempat duduk itu mengangkat saya sampai ketinggian tertentu. Ketika saya membuka mata melihat lagi, di hadapan saya terlihat sebuah bunga teratai berwarna putih bagaikan salju dan diatas bunga teratai --ada seseorang yang duduk bersamadhi dengan kedua tangan dirapatkan. Sewaktu saya amati dengan lebih hati hati, ternyata orang yang duduk di atas bunga teratai itu adalah diri saya sendiri. Setiap kali saya membaca mantra satu kali, ia pun juga membaca sehingga terjadi saling membaca. Setelah selesai membaca mantra, gambar diri saya diatas teratai itu pun sirna.

Dikisahkan suatu ketika Sakyamuni Budha memegang sekuntum bunga sambil tersenyum dan kemudian menyampaikan Dharma dari hati ke hati. Inilah awal dari tradisi Zen Budhisme. Yang disebut penyampaian Dharma dari hati ke hati tidak bisa diungkapkan dengan bahasa. Saya berpendapat bahwa "penyampaian dari hati kehati" adalah mantra. Mantra adalah "penyampaian dari hati ke hati". Mantra adalah Tao. Membuktikan mantra berarti membuktikan Tao. Kekuatan roh yang digabungkan dengan kekuatan mantra dapat memutar roda Dharma. Begitu hati berputar, maka jagad raya juga berputar. Sungguh luar biasa kekuatan mantra itu. Kekuatan mantra dapat menenangkan dan menembus 3 alam, dapat keluar dari samsara. Semua sadhaka sedikitnya harus mempunyai sebuah mantra tetap. Bila sedang ada pertemuan Dharma, anda dapat menyatukan kekuatan yang timbul dari pembacaan mantra oleh semua orang yang hadir sehingga para Budha dan dewa turun membantu.

Membaca mantra penting dilakukan sebelum terbangkitnya roh. Tetapi setelah roh terbangunkan, mantra lebih mutlak lagi untuk dibaca. Membaca mantra Budha itu

bagaikan melihat wajah sang Budha. Pada waktu membaca mantra, kedua tangan dirapatkan dengan penuh rasa hormat. Jangan tergesa gesa dalam membaca. Jangan pula terlalu lambat. Buat iramanya menjadi harmonis. Pembacaan mantra keluar dari mulut, masuk ke telinga, disadari di dalam hati, dan akhirnya tidak berbentuk. Bila membaca mantra dengan suatu tujuan tertentu, ingatlah melakukan pelimpahan jasa kepada semua makhluk hidup untuk mencapai kebebasan dari samsara. Guru San San Chiu Hou pernah berkata, "Kekuatan mantra adalah sesuatu yang tidak berbentuk. Jagad raya dapat menyimpannya. Semua sabda sang Budha mengandung makna. Jangan hanya dilihat dan didengar, tetapi hendaknya dimanfaatkan demi kebaikan. Dijadikan milik sendiri. Hati manusia dan hati sang Budha sebenarnya merupakan suatu kesatuan."

10. Melatih Diri Sampai Puncaknya

Orang yang telah membangunkan rohnya dapat merasakan roh di seujur badannya itu bagaikan aliran listrik yang berkekuatan seakan akan semua badan jasmaninya telah menjadi bagian daripada roh. Begitu pikirannya bergerak, maka orang yang telah membangunkan rohnya dapat menghasilkan getaran gerakan roh (memancarkan frekwensi roh). Begitu pikirannya berhenti, getaran atau gerakan roh itu juga akan berhenti. Tangan dan kakinya yang bergerak kembali seperti semula.

Bila orang yang telah terbangunkan rohnya ingin melatih diri tapi tidak mengetahui cara dan proses dari latihan tersebut, maka ia dapat memohon kekuatan roh dari luar untuk memberi petunjuk.

Roh yang membimbing kita itu adalah dewata pelindung kita.

Secara mayoritas, orang yang rohnya terbangunkan kalau bukan merasakan badannya atau tangannya bergerak-gerak maka akan melihat sinar sinar. Ada segelintir orang saja (mungkin satu atau dua orang saja dari 1000 orang) yang setelah rohnya dibangunkan memasuki apa yang dinamakan "keadaan yang luar biasa".

Latihan untuk mengembangkan atau membina roh itu sangatlah penting dan bertujuan untuk akhirnya mencapai keBudhaan, menghentikan kelahiran dan kematian, dan masuk kedalam suatu keadaan dimana "Alam semesta adalah dirinya dan dirinya adalah alam semesta".

Cara membina roh adalah sebagai berikut:

1.

Hendaknya dilakukan disebuah ruangan yang sepi tanpa terdengar suara lalu lintas yang sibuk. Didalam ruangan itu, diletakkan arca Budha atau para dewata. Nyalakan dupa. Sinar lampu tidak perlu terlalu terang. Yang penting adalah suasana hening. Ruangan sebaiknya berbentuk empat persegi. Jangan terlalu besar maupun terlalu

kecil. Dibawah arca Budha, letakkan sebuah tempat duduk sebagai tempat untuk bermeditasi. Anda dapat duduk bersila atau duduk secara biasa dengan relax. Sebelum melatih diri, anda harus mandi dan memakai pakaian yang agak longgar. Hati dibuat tenang dan damai. Lepaskan semua keruwetan batin. Kemudian, berilah hormat kepada para Budha dan Bodhisattva di sepuluh penjuru dengan cara bernamaskara. Dilanjutkan dengan bernamaskara kepada roh guru leluhur. Terakhir, berilah hormat kepada langit, bumi, serta para arya lainnya. Setelah itu, duduk. Singkirkan semua kemelut pikiran. Mulai bervisualisasi. Membayangkan diri sendiri sebagai seorang bodhisattva yang duduk diatas sebuah bunga teratai yang besar di ruangan yang tak bertepi. Badan terasa ringan bagai kapas sepertinya tidak lagi memiliki berat badan. Kemudian anda bervisualisasi memakai topi Panca Dhyani Budha dengan wajah yang anggun dan menarik. Diri sendiri dipenuhi dengan hiasan yang berkilauan. Badan jasmani memancarkan panca warna dan menjadi tembus pandang, berkilauan bagaikan kaca kristal yang memancarkan sinar tanpa batas. Kemudian, bervisualisasi bahwa dibelakang diri kita sendiri ada seorang Dharmapala yang memegang sebuah ruyung untuk menghalau roh jahat, melindungi tubuh Budha, serta menundukkan Mara agar Mara tidak bisa mengganggu diri kita yang melatih diri. Kemudian, bayangkan lagi bahwa dari langit muncul para dewata yang menghamparkan bunga bunga sambil memuji kelahiran Budha. Visualisasi harus dilakukan dengan serius dan tidak boleh dibuat main. Dalam bermeditasi, dikatakan untuk tidak berpikir. Berkonsentrasi pikiran adalah hal yang sulit. Umumnya pikiran sulit difokuskan kepada satu titik. Itu sebabnya, dalam bermeditasi, saya menganjurkan sebuah cara konsentrasi dengan berpikir tentang diri sendiri yang sedang menghias diri seperti dibabarkan diatas sehingga lambat laun akan memancarkan sinar dan menghentikan pikiran. Pada saat itu, pikiran akan menjadi tenang tak lagi terganggu.

2.

Dalam keadaan duduk dan beranjali, bacalah mantra pembersihan tubuh, ucapan, dan pikiran, masing masing sebanyak 3 kali. Lalu, dilanjutkan dengan pembacaan mantra mengundang Dewa Bumi. Setelah itu, bacalah mantra yang paling sering mantra mengundang Dewa Bumi. Setelah itu, bacalah mantra yang paling sering anda pakai sebanyak 108 kali. Mantra tersebut hendaknya yang sudah dapat dihafal diluar kepala. Semua orang yang melatih diri harus menguasai sebuah mantra untuk dipakai dirinya sendiri sehari hari. Anda tidak perlu menggunakan terlalu beraneka ragam mantra. Satu mantra pun sudah cukup untuk mendapatkan keberhasilan. Yang penting adalah pada waktu membaca mantra --harus diresapi setiap katanya.

3.

Tetap didalam posisi duduk, gerakkan tangan untuk membentuk lingkaran mudra cakra. Lalu, bacalah nama Amitabha Budha, Avalokitesvara Bodhisattva, dan Mahasthama Bodhisattva. Mudra kemudian dapat diubah menjadi bentuk mudra Vajra yang ditempelkan di kening, di hati, di kedua pundak, dan di tenggorokan. Ini adalah

5 macam mudra Vajra yang dapat menundukkan roh jahat sehingga tidak tersesat. Hal ini jarang sekali orang yang mengetahuinya, padahal sangatlah penting.

4.

Tetap didalam posisi duduk, gunakan kekuatan pikiran untuk menggerakkan roh sendiri agar kekuatan roh timbul dari cakra dasar laut. Dari cakra dasar laut, dialirkan menuju cakra bumi, dan dari cakra bumi dialirkan masuk kedalam lingkaran prana. Dan dari lingkaran prana dialirkan menuju cakra langit. Dan dari cakra langit dialirkan menuju cakra kekosongan. Dari cakra kekosongan dialirkan keluar sampai terbuktinya kebenaran dan menjadi Budha. Pada saat itu, yang terjadi pada umumnya adalah timbul getaran pada kedua tangan atau seujur badan sehingga bergoyang-goyang atau sehingga kedua tangan membuat mudra yang terus berubah ubah.

Melatih kekuatan roh pada bagian cakra tanah memakan waktu paling lama. Untuk bisa menerobos cakra tanah, pada umumnya harus melatih diri selama 3 tahun. Dalam masa ini, roh pembimbing bisa muncul untuk memberi petunjuk tentang bagaimana menerobos cakra tanah. Tetapi karena waktu 3 tahun tidaklah singkat, pada umumnya banyak dari mereka yang melatih diri tidak bisa bersabar sehingga mereka berhenti ditengah jalan. Latihan selama 3 tahun pertama ini adalah latihan yang sangat fundamental. Karena itu, mintalah pertolongan dari para dewata untuk memberi petunjuk. Apakah roh yang membimbing adalah roh tingkat tinggi atau bukan, itu tergantung karma seseorang. Ini tidak bisa dipaksakan. Ketulusan merupakan syarat yang sangat mutlak.

5.

Waktu untuk latihan ditentukan oleh roh yang membimbing. Setelah latihan, ada yang sampai mengeluarkan keringat dan ada yang tidak. Ada yang bergerak dengan keras dan cepat, dan ada yang tidak. Ada yang hanya melakukan gerakan yang ringan. Setiap orang akan mengalami hal yang masing masing berbeda. Setelah latihan selesai, berilah hormat lagi kepada para Budha dan Bodhisattva, para guru leluhur, langit dan bumi, serta roh suci lainnya.

Puncak dari latihan ini adalah menjadi Budha. Untuk mencapai keBudhaan, tidak boleh malas. Umumnya orang hanya bersemangat pada awalnya tapi tidak bisa bertahan sampai akhir. Mereka hanya bisa membangunkan roh, tapi sudah berhenti sebelum berhasil melatih. Ini sangat disayangkan. Orang yang melatih diri adalah manusia yang utama di bumi ini. Melatih diri adalah sebuah pekerjaan yang mulia. Dapat terlahir sebagai manusia adalah sebuah kesempatan berharga. Bila metode melatih diri telah diturunkan/diberikan, tetapi tidak dijalankan, sungguh sangat disayangkan. Guru San San Chiu Hou pernah berkata, "Pelajaran Dharma yang benar telah diturunkan. Semuanya berdasarkan kebenaran dan ketulusan. Kebenaran Vajra dan Samadhi

untuk menghalau roh roh jahat itu semua berdasarkan hati. Bila keinginan hati tidak disingkirkan, bagaimana bisa kembali ketempat asal?"

11. Keluar Masuknya Roh Dari Tubuh Jasmani

Terlebih dahulu saya ingin menuliskan isi dari sepucuk surat yang ditujukan kepada saya. Isinya adalah sebagai berikut:

Master Lu yang terhormat,

Terlebih dahulu saya ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar besarnya atas bantuan anda. Pada tanggal 19 bulan ini, ayah saya menderita penyakit yang parah sampai pingsan. Tekanan darahnya naik turun. Kepalanya pening. Ia sering muntah. Akhirnya ia diantar ke rumah sakit Chung San. Keadaannya sangatlah kritis. Pada tanggal 20, teman saya bergegas mengunjungi anda. Berdasarkan welas asih dan bodhicitta, anda telah memberi petunjuk dan membuatkan sebuah hu yang diletakkan dibawah bantal ayah saya. Orang yang menjaga ayah setiap hari membacakan mantra "Namo Amitabha" dan "Namo Bhaisajaguru Budha". Anda telah memberi petunjuk bahwa setelah 4 hari ayah saya akan keluar dari keadaan kritis dan akhirnya berangsur angsur sembuh. Kami semua melaksanakan petunjuk anda. Apa yang anda katakan ternyata terbukti. Empat hari kemudian, pada tanggal 25, ayah berangsur angsur sadar. Pada saat itu, ayah berkata kepada ibu, "Lihatlah roh Lu Sheng Yen sedang bertarung dengan sesosok roh jahat di langit." Tetapi meskipun ibu telah berusaha berkonsentrasi melihat cukup lama, tetap tak melihat apapun. Sebaliknya ayah tetap berkata bahwa dia melihatnya. Tak lama kemudian, dengan suara yang jelas ayah membaca mantra Maha Karuna Dharani dalam bahasa Sansekerta. Ayah memang sudah biasa membaca dharani di rumah. Bahkan di rumah, ada perkumpulan pembacaan doa. Setelah ayah sadar, ayah berkata, "Pada waktu dalam keadaan koma, roh saya melayang diudara. Saya pergi ke daerah Taiwan tengah untuk meninjau sebuah kuil. Dalam bepergian, saya selalu ditemani oleh roh para dewata." Hal Hal ini sungguh sulit untuk dimengerti. Terima kasih kepada anda. Ayah saya bernama Ling Tung Ci dan tinggal di daerah Lin Mei Siang.

Saya bernama Lin Chen Cheng.

Surat ini dikirim oleh putra Ling. Pada waktu itu, mulanya saya tidak mau nekad membantu mereka karena dunia roh adalah alam yang rumit. Seandainya sebuah urusan tidak diselesaikan dengan baik, dikawatirkan nanti akan merepotkan. Pada saat saya ingin menolak permohonan bantuan ini, saya mendapat penglihatan dimana roh dari pak Ling datang sendiri untuk minta tolong kepada saya. Wajah Pak Ling memancarkan sinar kebaikan yang membuat saya menurut kehendaknya. Saya memang sering membacakan doa untuk orang yang sedang menderita sakit dimana saya meminta para dewata dan Budha untuk menggunakan kekuatan mereka menolong mereka yang sedang sakit. Setiap malam pada waktu membacakan doa,

saya kurang senang kalau ada orang yang mengganggu saya yang hanya membuat saya tidak bisa berkonsentrasi sehingga kekuatan mantra akan berkurang. Itulah sebabnya saya menghentikan pekerjaan melakukan ramalan untuk orang lain. Datangnya tamu sering mengganggu pembacaan doa saya. Saya membaca mantra Vajra Dharani didalam hati sampai tiga hari. Pada saat itu, saya memasuki keadaan samadhi. Saya merasakan bahwa tiba tiba badan saya tak terkendalikan untuk bergerak sepertinya hati saya akan keluar dari mulut. Saya kemudian pingsan sebentar. Kepala saya rebah diatas meja. Saya tertidur. Pada saat itu, yang terasa hanyalah gerakan roh saya. Saya merasakan roh saya keluar dari ubun ubun kepala dan menuju ke alam yang kosong. Ini suatu hal yang sangat menakjubkan; badan melayang tanpa dorongan dari pikiran dan tanpa tuntunan dari roh roh tingkat tinggi atau Bodhisattva. Saya merasakan roh saya itu dengan cepatnya bergerak ke arah barat. Karena adanya sebuah dorongan tugas, ternyata roh saya telah keluar dari badan jasmani. Kalau tidak ada tujuan, mengapa keluar? Bila roh keluar dan tak terkendalikan, maka mudah dipengaruhi roh roh jahat. Itu sebabnya guru guru sering memberi nasihat supaya orang tidak sombong. Pada waktu itu, kejadian roh saya keluar dari ubun ubun itu terjadi dengan mendadak bagaikan kilat menyambar tak terduga. Roh bagaikan naga yang menyemburkan api dan masuk ke alam kosong untuk kemudian pergi jauh.

Setelah roh saya melayang layang sebentar di tempat yang sunyi, maka turunlah saya di sebuah tempat. Disitu saya melihat Pak Ling sedang berbaring tak sadarkan diri. Diatas kepalanya, ada seorang dewata kecil yang memancarkan sinar keemasan. Disamping itu, juga terlihat seorang Mara tingkat tinggi yang memegang sebuah kapak besar dengan maksud mencelakakan Pak Ling. Roh Pak Ling yang berada diatas ubun ubun kepalanya itu berada didalam keadaan yang berbahaya. Ia hanya mengandalkan perlindungan dari sinar keemasan yang dipancarkan dewa kecil tersebut. Begitu saya mendekat, sang Mara segera menebas saya dengan kapak besarnya. Saya segera beranjali sambil membaca mantra. Tangan saya membuat lingkaran sambil menyebut "Harap para prajurit hadir di hadapan saya." Setelah itu, saya melakukan pemberkatan dengan mantra sambil menunjuk kepada Mara tingkat tinggi itu. Terlihat api vajra muncul dan membentuk tembok api untuk menangkis serangan kapak dari sang Mara. Saya membaca mantra lagi dan menunjuk lagi dengan vajra api sehingga api berkobar lebih besar lagi. Mara tingkat tinggi meloncat ke langit tapi tetap dikejar oleh api tersebut. Saya kemudian membaca mantra petir dari langit sambil menggambarkan sebuah botol serta menulis kata petir. Maka terlihatlah sambaran petir dengan suara menggelegar menggoncangkan bumi sehingga membuat sang Mara melarikan diri. Saya kemudian memberi hormat kepada dewa kecil yang melindungi Pak Ling, berputar putar di langit beberapa kali sebelum kembali ketubuh jasmani saya. Begitu saya sadar dan melihat jam tangan, ternyata sudah jam satu subuh yang berarti saya telah tertidur selama 2 jam lebih 10 menit. Itulah kisah bagaimana kembali sadarnya Pak Ling dan bagaimana roh saya keluar dari tubuh jasmani.

Keluar masuknya roh dari tubuh jasmani adalah bagian yang paling misteri tentang perihlah roh. Tantra membahas rahasia ini. Orang yang dengan tekun membina rohnya lambat laun akan bisa mencapai tingkat ini. Bukan saja dapat keluar masuk dari tubuh jasmani sendiri, tetapi juga bisa memasuki tubuh orang lain, memasuki hati orang lain, dan memasuki kesadaran makhluk lain. Sungguh menakjubkan.

12. Pemandangan Danau Sebagai Objek Visualisasi

Didalam Tantra, objek objek indah digunakan sebagai target visualisasi. Cara ini membuat para sadhaka dapat berkonsentrasi pada sebuah objek tertentu dan mencapai keberhasilan.

Ada orang yang menggunakan matahari sebagai target, dan orang lainnya menggunakan bulan. Ada yang menggunakan bintang bintang, dan ada yang menggunakan langit yang biru. Ada juga yang menggunakan sebuah bunga putih atau merah untuk visualisasi mereka. Banyak juga orang yang melatih Tantra menggunakan wujud agung dari guru utama mereka.

Wujud wujud agung dari banyak Buddha dan Bodhisatwa juga menjadi objek objek utama visualisasi mereka yang melatih Tantra. Selama berabad abad, para sadhaka di Tibet suka melakukan visualisasi tentang pemandangan danau. Sepanjang yang kuketahui, Tibet adalah sebuah daerah yang tertutup oleh gunung gunung dan bukit bukit --dan mustahil untuk melihat lautan. Karenanya, danau dianggap sebagai tempat yang paling indah. Jadi bisa dimengerti kenapa orang orang Tibet sangat menyukai danau danau, bunga bunga, dan daerah penuh dengan rumput hijau.

Banyak Tantrika senang bervisualisasi tentang sebuah danau indah dengan angsa angsa putih berenang dan bermain main di atas rumput rumput dan juga bunga bunga. Di tengah tengah danau ada sebuah pulau dengan bunga bunga, rerumputan dan pohon pohon. Ditengah tengah pulau itu, sebuah bunga teratai putih yang besar tumbuh dan, duduk di atasnya, Sang Guru Utama dari si sadhaka, sangat agung dan terhormat. Banyak sadhaka memulai latihan visualisasi mereka dengan cara ini.

Banyak terdapat gambar gambar danau didalam seni Mandala nya Tibet. Tumbuh tumbuhan yang hidup di air dianggap sebagai objek objek yang sangat indah, disamping juga burung burung diatas air yang digambarkan dengan sangat hidup di Mandala.

Didalam lagu lagu "Dalai Lama ke 6", sang Dalai Lama menulis dua buah sajak dibawah ini:

Jika hanya dengan memakai jubah merah dan kuning,

Seseorang menjadi seorang Lhama,

Lalu bukankah angsa liar berwarna kuning emas di danau pun dapat menyadarkan umat juga?

Dan juga:

Air yang memenuhi kanal

Terkumpul dan disimpan di sebuah kolam

Bila betul ada ketulusan di hatimu,

Ambillah air dari dalam kolam ini.

Dari sajak sajak ini dapat disimpulkan bahwa objek objek dari "alam air", seperti danau dan angsa liar, adalah objek objek yang ideal untuk visualisasi di Tantra Tibet.

angsa liar, adalah objek objek yang ideal untuk visualisasi di Tantra Tibet.

Berpikir tentang danau danau, mari kita menganalisa danau Sammamish. Ia tidak jauh dari sini. Aku cuma perlu keluar dari kamar tidurku, berjalan melewati ruang tamu naik tangga menuju loteng rumah; dari sana aku sudah dapat melihat danau Sammamish di sebelah Timur rumahku.

Ia begitu dekat, tidak perlu lagi aku bervisualisasi. Aku tidak perlu menggunakan "ilmu dukun Indian kuno", atau "roh keluar dari badan", ataupun teknik Tao "metode langit-bintang" untuk membawa Danau lebih dekat. Danau Sammamish sudah memang ada didepan mataku.

Danau Sammamish begitu indah. Dilapisi gunung gunung yang berbaris, dan diatas gunung gunung itu, terlihat awan awan dan banyak pepohonan. Tidak ada objek yang aneh, tapi semuanya terlihat sangat agung. Seperti halnya sebuah lukisan indah yang sangat alamiah: disini ada cat cat biru, disana ada cat kuning, dan disana lagi ada cat cat hijau. Langit yang membulat sempurna, arus air yang berpercikan, pepohonan di gunung gunung, dan puncak puncak gunung yang menjulang, semuanya membentuk suatu pemandangan yang sangat indah.

Sepertinya setiap hari "alam air" ini mempunyai kesadaran sendiri. Kadang kadang embun embun yang berbaris di atas danau itu seperti selubung yang ditinggalkan oleh dewi yang lupa membawanya sewaktu terbang kembali kelangit. Dengan berubahnya waktu dari matahari terbit ke tengah hari dan malam hari, danau Sammamish seperti selalu mengganti pakaiannya.

Tinggal didekat Danau Sammamish, aku tidak perlu lagi bervisualisasi tentang danau. Tidak perlu lagi aku memejamkan mata untuk berkonsentrasi, dan tidak perlu lagi menggunakan penyederhanaan. Cukup membuka mataku, dan terlihatlah Danau

Sammamish.

Alam Semesta yang agung tak terbayangkan tinggal di kedalaman Danau Sannamish secara rahasia.

Benih Buddha yang tak terbayangkan menyebar lewat permukaan air Danau Sannamish yang berpercikan.

Begitu nyata dan penuh arti. Aku telah sadar hari ini. Aku telah dilahirkan kembali hari ini.

Buku apa yang harus kubaca? Buku yang harus kubaca adalah YANG TIDAK MENGGUNAKAN KATA KATA; buku tentang Danau Sannamish dan tentang sang "Aku Sejati". Meskipun ini adalah dunia yang penuh ilusi, pertama tama aku menceburkan diriku kedalam ilusi itu dan kemudian keluar dari dalamnya. Yang lalu telah berlalu, masa yang akan datang juga ada di tanganku, dan tidak ada sesuatupun yang hanya kebetulan.

Vajra Master berMahkota Merah Suci bangkit keluar dari Danau Sannamish. Dengan Tubuhnya yang Bercahaya diatas sebuah bunga teratai putih dan merah, Ia memancarkan sinar yang sakral dan suci dan, dengan sederhana dan murni, kembali kepada "SATU".

Vajra Master berMahkota Merah Suci, bentuk fisik dari seorang bijaksanawan, adalah sempurna dan tanpa cacat. Dewi Keberuntungan, denga api yang bernyala nyala, turun dari langit keatas permukaan air danau Sannamish.

13. Ta Wen Yang

Sadhana Ta Wen Yang merupakan inti dari semua latihan Taoisme. Kegunaan dari metode ini adalah menggunakan pergerakan dari roh untuk menghasilkan kehangatan. Suhu/temperatur yang naik menghasilkan chi yang tak berbentuk dimana chi tersebut oleh kaum Taois disebut sebagai makna/arti dari Tan Tien.

Sadhana Ta Wen Yang dari aliran Tan Ting akan membuat orang yang melatihnya pada suatu saat merasakan perutnya menjadi hangat. Hawa dingin di bagian bawah tubuh jasmaninya akan tersingkirkan. Bila sudah merasakan gejala demikian, maka itu merupakan pertanda baik.

Sadhana ini dapat dipelajari oleh semua orang. Manfaat dari melatih metode ini sungguh besar, baik bagi kesehatan jasmani maupun rohani. Metode ini juga merupakan fondasi untuk mencapai tingkat kedewaan dan keBudhaan.

Cara latihannya adalah sebagai berikut:

1.

Sebagai langkah pertama, duduklah bersila dengan tujuan supaya bagian bawah badan tidak bergerak. Taruhlah kedua tangan di bagian pinggang. Untuk melatih metode ini, penting sekali supaya orang harus memiliki kesabaran. Untuk melatih metode ini, anda tidak perlu terikat kepada aliran apapun juga. Anda tidak usah mengundang kekuatan roh dari luar. Harus merapatkan gigi. Mata setengah tertutup. Tidak usah bervisualisasi. Lidah dinaikkan ke langit-langit mulut. Lalu telan air liur. Tarik napas dalam-dalam. Udara yang dihirup tidak melalui paru-paru tetapi melalui saluran makanan masuk melalui kantong nasi dan menuju Tan Tien.

2.

Sebagai langkah kedua, setelah anda menghirup udara, jangan tergesa-gesa mengeluarkannya. Tahanlah napas. Goyangkan badan ke kiri dan kekanan, tapi ingat bahwa yang bergoyang ke kiri dan kekanan hanyalah bagian atas dari badan. Batas dari bagian atas dengan bagian bawah badan itu terpisahkan oleh kedua tangan yang bertolak pinggang. Gerakan bergoyang tersebut janganlah terlalu cepat. Yang paling penting adalah bagian bawah badan itu harus bagaikan batu yang tidak bergerak dan hanya bagian atas saja yang bergerak. Anda tidak boleh bergerak kedepan dan kebelakang. Pada saat itu, muka dan telinga anda akan menjadi merah. Temperatur badan akan naik. Secara perlahan-lahan, keluarkan napas. Latihan ini kelihatannya begitu sederhana sehingga dilalaikan/diremehkan dan tidak disadari manfaat besarnya.

3.

Sebagai langkah ketiga, ulangi lagi langkah kesatu dan kedua. Bagian badan atas yang bergoyang merupakan latihan yoga untuk mengambil inti sari dari ginjal yang merupakan inti kekuatan.

Setelah berlatih beberapa lama dengan konsentrasi yang kuat, lambat laun Tan Tien akan menjadi hangat bagaikan api didalam kompor. Meskipun metode ini sangat sederhana, banyak orang tidak mengetahui rahasianya. Hari ini ilmu ini dibabarkan agar orang banyak dapat mempelajarinya sehingga dapat membina dan meningkatkan kekuatan chi nya.

Metode ini seperti teori pompa air. Dengan kekuatan udara yang elastis membuat air sumur dibawah mengikuti pipa naik keatas. Badan jasmani itu seperti pompa. Darah dan air mani itu seperti air di bawah tanah. Pernapasan itu menjadi tekanan udara. Badan yang bergoyang ke kiri dan kekanan itu seperti pompa air. Dengan cara ini, air mani akan naik; badan jasmani bagian bawah yang tadinya dingin, karena sering dilatih, akan menjadi hangat. Inilah rahasia dari metode Ta Wen Yang.

Tiga mustika dari Taoisme adalah Ching, Chi, dan Shen. Metode Ta Wen Yang

bertujuan untuk mengokohkan kekuatan air mani (ching). Orang awam yang berhasil mengokohkan ching (air mani) dan darahnya akan seperti dewata di bumi yang awet muda.

Namun, didalam aliran Ling Xian, tujuan utama dari metode Ta Wen Yang bukanlah untuk menjadi awet muda. Teknik dari aliran Tan Ting (Taoisme) menggunakan metode Ta Wen Yang sebagai latihan pertama untuk mengokohkan fondasi. Sebenarnya, dapat dikatakan bahwa Taoisme merupakan salah satu aliran Budhisme Zen yang dapat menyingkirkan kekuatan Mara yang bersifat yin.

Teknik konsentrasi pikiran dari kaum Budhisme bila dipadukan dengan teknik Taoisme akan memberikan keberhasilan yang luar biasa. Sayangnya, sebagian orang Budhis terlalu melekat sehingga tidak bisa melatih bagian luar dan bagian dalam secara bersama sama. Ada yang memiliki kebijaksanaan tetapi kehilangan kekuatan (kesehatan). Ada yang memiliki kesehatan (kekuatan) tapi kehilangan kebijaksanaan. Tidak melatih kebijaksanaan dan kesehatan secara bersama adalah sangat disayangkan. Syukurlah bahwa sekarang telah muncul banyak guru dan biksu bijaksana yang mau menempuh cara lain. Amat disayangkan masih banyak orang yang melekat dan beranggapan pandangan diri sendiri yang paling benar dan tidak mau melatih metode sederhana dari aliran lain sehingga akhirnya tak ada satu keberhasilan pun yang diperoleh dan hanya menyia-nyiakan waktu berharga. Bila para biksu berlatih metode sederhana dari Ta Wen Yang ini, lambat laun semangatnya akan berkembang. Memuja Budha, membaca doa, dan bermeditasi, dalam keadaan sehat, tentunya lebih baik.

Didalam melatih metode Ta Wen Yang, pada mulanya memang harus menarik napas dalam dalam. Tetapi, semakin lama, setelah terlatih, dapat kembali kepada pernapasan yang wajar. Istilahnya, mulai dari yang berbentuk dan dilatih terus sampai kepada bentuk yang lebih halus. Prana (chi) dari roh akan bertambah dan tidak akan lagi berkurang. Sedikit demi sedikit chi membina api sehingga akhirnya terbentuk tan dan sarira. Metode Ta Wen Yang ini lebih mudah dilatih bagi orang yang telah terbangunkan rohnya. Pada orang yang rohnya telah terbangunkan, meskipun melakukan gerakan yang sama, badan jasmani tersebut digerakkan oleh kekuatan roh yang bergerak dari bawah menuju keatas sehingga sejujur badan akan terasa bergerak dengan halus. Ini merupakan dorongan dari chi. Ingat bahwa tangan bisa dipakai membantu dalam menggerakkan badan jasmani. Gerakannya mirip seperti sebatang hio yg tegak.

Ada seorang biksu tua yang datang mencari saya untuk belajar ilmu ini. Setelah beliau kembali ke kuilnya, setiap hari beliau melatihnya. Menurut beliau, segala macam penyakit tuanya yang berupa rematik bukan saja lenyap, bahkan wajahnya menjadi lebih segar. Gejala dingin sama sekali lenyap dari bagian bawah tubuhnya. Peredaran darahnya menjadi lancar. Beliau bahkan dapat berjalan lebih cepat. Kebiasaan tidur sore nya sudah tidak diperlukan lagi. Setiap hari beliau merasa segar bugar. Kalau

beliau mau mengerti dan melatih cara yang sederhana ini, mengapa orang-orang lain tidak mau mempelajarinya? Guru San San Chiu Hou pernah berkata, "Latihan Tao itu sederhana dan tidak penuh dengan mistik. Untuk menyingkirkan kelahiran dan kematian, hanya diperlukan ketekunan." Ini adalah sebuah pernyataan yang benar. Kalau anda bisa mengerti, pasti anda juga setuju.

14. Samadhi dapat membentuk tubuh Vajra yang tidak rusak

Dikisahkan bahwa siswa sang Budha yang bernama Subhutti pada suatu hari menderita sakit keras. Beliau bersembunyi di sebuah pohon besar duduk bermeditasi. Beliau merasa badan jasmani dan pikirannya sangat lelah. Maka beliau memejamkan mata dan memasuki samadhi. Dengan segera beliau merasakan jasmani dan pikirannya tidak lagi ada. Rohnya terus naik menuju kesadaran tanpa batas. Pada waktu itu, Subhutti ingin menggunakan api samadhi membakar badan jasmaninya. Roh beliau keluar dari ubun-ubun kepala. Para dewa-dewi di langit memuji dan mengagungkan Subhutti yang telah berhasil dalam Samadhi yang membentuk tubuh Vajra. Para dewi menaburkan bunga dilangit sampai-sampai bunga-bunga itu menumpuk setinggi badan Subhutti yang sedang bermeditasi. Samadhi besar dari Subhutti telah membuat terharu para dewa-dewi sehingga beliau telah melupakan badan jasmani yang sakit. Setelah keluar dari samadhi, beliau merasakan badan sangat ringan dan segar. Kisah tentang Subhutti yang memasuki samadhi ini saya ceritakan kembali dengan tujuan agar semua orang mengetahui bahwa badan jasmani manusia adalah yang paling lunak. Serangan penyakit bahkan membuat Subhutti yang memiliki pengertian tentang kekosongan juga tidak luput dari serangan penyakit jasmani. Namun, sebenarnya penyakit dapat tersingkirkan hanya dengan meditasi Samadhi Vajra. Sayangnya, berapa banyak orang di dunia ini yang bisa menerapkan meditasi ini? Sungguh sedikit.

Sang Budha pernah membacakan gatha kepada orang yang akan meninggal sebagai berikut: "Mereka yang menyebut nama Budha dan bermeditasi akan dapat melihat Budha. Setelah meninggal, terlahir dihadapan Budha. Sebelum meninggal, mengkonsentrasikan pikiran pada yang baik. Mengenang sesuatu yang luhur untuk dikenang. Juga mencari perlindungan pada Budha Dharma sehingga diperoleh penerangan Budha."

Ini berarti bahwa orang-orang yang akan meninggal juga diusahakan agar timbul keyakinan yang dalam untuk memperoleh ketenangan dan kedamaian yang abadi. Setiap manusia akan mati termasuk saya dan tubuh Tathagata. Kematian adalah berpencarnya 4 unsur yang berarti berhentinya kegiatan manusia. Tetapi yang penting adalah bagaimana mengangkat kekuatan roh memasuki cakra langit terus menuju pada tingkat yang tanpa batas untuk mencapai pembebasan.

Saya pribadi pernah menderita sakit keras sampai berbaring diatas ranjang dengan napas tersengal-sengal. Badan dan pikiran sangat penat dan letih tidak bertenaga.

Kepala terasa sangat pening; bibir sangat kering; tenaga untuk membuka matapun tidak ada; telinga terasa mendengung. Saya merasa saya akan mati. Rasa sakit bisa membuat seseorang tidak ingin hidup. Pada waktu itu, keadaan roh sudah naik sampai di ubun ubun. Bila itu keluar, maka akan meninggal. Tetapi ditengah tengah tidur, saya melihat sinar roh dari guru San San Chiu Hou. Beliau menggunakan kekuatan beliau menarik kembali roh saya memasuki ingatan masa lampau. Pada waktu itu, saya merasa keadaan roh menjadi sangat ringan dan memasuki cakra sinar. Sebenarnya cakra sinar tertutup. Tetapi pada waktu itu memancarkan sinar yang terang benderang. Saya masuk bagaikan terbang. Saya terbang lama sampai di ujung menuju alam para dewa. Begitu saya membuka mata, terlihat istana istana yang megah dan suara suara merdu terdengar. Terlihat sinar sinar berkemilauan, air terjun yang jernih, angin sepoi sepoi, harum semerbak, membuat suasana begitu memikat. Saya berjalan diatas jalan yang sangat terang. Istana yang megah semuanya tampak dihadapan saya. Sinar terang dipancarkan oleh para dewa. Para dewa dewa yang beterbangan menunjukkan keagungan dan keharuman. Saya berjalan menuju sebuah telaga. Airnya sangat jernih. Didasar air terlihat emas berkemilauan. Pada waktu itu diatas telaga, ada seorang dewa tua yang berjalan dan kemudian terbang. Dewata tersebut di satu tangan memegang Rui (tongkat kebesaran) dan di tangan lain memegang bunga teratai. Kepalanya memancarkan sinar. Matanya sangat berwibawa. Badannya memancarkan sinar berkah. Ia tidak beralas kaki. Air telaga mengalir tenang dibawah telapak kakinya; wajahnya sungguh mengagumkan. Beliau tiba dihadapan saya dan berkata, "Lian Sheng, kenapa anda kemari?"

"Siapakah nama anda?", saya bertanya.

"Saya adalah dewa dari telaga ini. Kita adalah teman sejak dahulu. Kenapa anda bisa ada disini? Kenapa anda tidak masuk kedalam telaga? Sesungguhnya manusia yang pintar juga tidak bisa mengatasi hukum karma. Dewatapun tidak luput dari kelahiran kembali."

Saya mengikuti dewata tersebut masuk kedalam telaga. Pemandangannya sangat indah. Saya masuk kedalam telaga berjalan jalan sejenak. Dewata tersebut berkata kepada saya, "Lian Sheng, saya melihat anda sakit sedemikian rupa. Saya tahu anda mau melaksanakan sesuatu yang luhur sehingga mencapai keBudhaan. Sebelum mencapai keBudhaan, anda tidak akan berhenti. Sekarang masuklah kedalam telaga ini. Air telaga ini akan membersihkan semua penyakit dan mara bahaya. Kemudian, kembalilah ke dunia manusia untuk berbuat kebajikan."

Setelah saya keluar dari danau tersebut, saya keluar lagi dari cakra sinar. Aneh tapi nyata, penyakit saya berkurang dan menjadi sembuh total beberapa hari kemudian. Ini adalah pengalaman sakit parah saya yang mana tadinya saya kira saya akan meninggal.

Saya menyadari penyakit merupakan bagian dari karma. Seorang sadhaka harus

memperhatikan keadaan jasmani dan rohaninya. Jangan karena melatih roh sehingga melalaikan kehidupan sehari-harinya. Anda harus memperhatikan kesehatan jasmani juga. Bila ada penyakit, usahakan untuk disembuhkan. Ditambah lagi dengan berdoa. Bila jasmani berada dalam bahaya, maka dapat mempengaruhi keadaan roh. Bila ingin melatih pada tingkat samadhi Vajra sehingga jasmani tidak rusak, sungguh bukan suatu pekerjaan yang mudah. Orang yang melatih diri tidak melawan hukum alam. Itulah jalan kebenaran. Pada umumnya orang yang melatih kekuatan roh bila ingin bisa memasuki Samadhi Vajra, paling sedikit memerlukan waktu latihan meditasi selama 4 tahun. Tentu saja bila bisa memperoleh tubuh Vajra yang tidak rusak, itu yang terbaik. Kalau belum bisa memperolehnya, jangan tergesa gesa. Ini bagaikan orang yang naik tangga harus setahap demi setahap. Bahaya penyakit dalam kehidupan manusia tidak bisa dihindarkan selamanya. Hanya mereka yang bisa memperoleh penerangan dan kebenaran, baru dapat menyingkirkan penyakit. Karena orang yang membuktikan kebenaran, tidak lagi memiliki nafsu nafsu duniawi.

15. Cara Tidur Yang Benar Dalam Membina Roh

Umur manusia banyak dihabiskan di tempat tidur. Bila sadhaka tidak waspada dan memperhatikan waktu yang sepertiga hari itu, maka latihannya akan menjadi sia sia. Mengapa? Karena pada waktu tidur, chi dari yin (elemen negatif) berkembang sehingga chi yang telah dilatih pada siang hari dapat dicuri semuanya pada malam hari. Bila hal demikian terjadi, sungguh amat disayangkan.

Sadhaka harus berusaha tidur dalam keadaan dan posisi Samadhi. Cara tidur ini sederhana namun bila dilakukan secara rutin akan memberikan manfaat yang besar.

Cara tidur dalam keadaan dan posisi Samadhi adalah sebagai berikut:

1. Posisi Tidur

Posisi tidur yang benar dan sempurna adalah menghadap ke sebelah kanan sehingga jantung kita berada di bagian atas. Posisi ini baik untuk kesehatan jasmani. Posisi tidur kearah kanan ini gayanya seperti singa atau udang yang bertujuan untuk mencegah kebocoran "chi". Boleh meletakkan tangan kanan di belakang kepala. Tangan kiri dijulurkan kebawah secara alamiah saja. Posisi tidur telentang tidak baik karena merupakan posisi mati. Sedangkan posisi tidur tengkurap adalah posisi tidur dalam bentuk "yin" sehingga mudah terkena penyakit.

2. Lama tidur

Sadhaka hendaknya jangan suka tidur. Waktu tidur jangan melebihi 8 jam. Sewaktu tidur dalam keadaan dan posisi samadhi, harus selalu eling dan waspada. Jangan tidur terlalu lelap karena akan membuat anda lengah sehingga Mara dapat mencuri hasil latihan anda. Jangan juga tidur ayam (tidur dengan gelisah) seperti berpenyakit insomnia karena akan menumbuhkan sifat api didalam badan jasmani yang bisa

merugikan mata dan otak. Latihan tidur dalam posisi samadhi harus sering dilakukan dan jangan hanya dilakukan sekali sekali saja. Latihan tidur dalam keadaan dan posisi Samadhi ini hendaknya berjalan secara alamiah saja. Ketahuilah bahwa setelah lewat jam 12 malam, semua udara "Yang" menjadi sirna dan "chi dari yin" berkembang dimana nafsu muncul sehingga lebih sukar untuk menjaga "chi" diri sendiri.

3. Teknik

Ingatlah untuk melakukan puja bakti kepada para Budha dan Bodhisattva sebelum tidur. Setelah naik keatas ranjang, pejamkan mata. Lidah dinaikkan menyentuh langit langit mulut agar saluran chi tersambung. Didalam hati menyebut nama Amitabha Budha. Mulut jangan dibuka karena akan mengganggu saluran pernapasan sehingga "chi" menjadi bocor. Telan air liur. Rasakan diri berada didalam alam semesta yang kosong. Lakukan pernapasan dimana napas ditarik panjang tapi dikeluarkan pendek. Kepala agak sedikit melihat kebawah bagaikan bangau atau kura kura yang sedang istirahat.

4. Sila

Sadhaka harus mentaati Pancasila Budhis dan 10 Perbuatan Kebajikan. Singkirkan nafsu duniawi dan birahi. Relax sewaktu berjalan, diam, duduk, dan berbaring. Jangan mengejar kenikmatan duniawi. Hendaknya terus mengingatkan diri bahwa rupa adalah kosong. Setiap hari melatih diri sehingga memperoleh kejernihan. Menyebut nama Budha dengan sepenuh hati.

Bila hal hal diatas dilakukan dengan baik, maka pasti tidak akan bermimpi sewaktu tidur. Orang yang membina diri dengan benar tidak akan sering bermimpi karena mimpi merupakan refleksi dari keinginan hati kita. Bila mengalami banyak gangguan mimpi, hendaknya mengurangi keinginan di siang hari. Makan bervegetarian. Jangan rakus. Jangan tamak harta dan terikat nafsu birahi. Bila keserakahan disingkirkan, rakus. Jangan tamak harta dan terikat nafsu birahi. Bila keserakahan disingkirkan, maka secara otomatis, tidak akan ada mimpi. Disiang hari pikiran orang umumnya sering mengembara tak henti-hentinya sehingga pada waktu tidur, ia harus menurunkan "air yg murni", "menjaga chi yang sebenarnya", dan berkonsentrasi menyebut nama Budha. Orang yang membina diri dengan benar, bila tidur dan kemudian sadar, akan merasa sepertinya tidak tidur tetapi semangatnya ternyata pulih seluruhnya. Sang Budha berkata, "Tidur merupakan santapan mata." Kata kata ini sungguh benar.

5. Harus bisa menjaga "chi". Yang dapat terus menjaga chi adalah Budha. Yang belum bisa terus menjaga chi adalah umat. Tidur didalam keadaan Samadhi adalah hal penting yang harus dilakukan oleh sadhaka. Bila hal yang sangat penting ini dilalaikan, bagaimana orang dapat mencapai keBudhaan?

Semua kitab Taois dan Budhisme mengajarkan orang agar tekun melatih diri. Tetapi

umumnya orang tidak menyadari bahwa begitu malam tiba, "chi dari yin" berkembang. Bila tidak waspada, chi yang diperoleh pada siang hari akan berubah menjadi cairan pada malam hari sehingga latihan yang telah dilakukan menjadi sia sia belaka. Orang awam yang melatih tidur dalam keadaan dan posisi Samadhi akan mendapat umur panjang dan awet muda. Sedangkan, bagi orang yang rohnya telah terbangunkan, latihan ini akan mencegah kebocoran chi dan membuka pintu mistik bagi dirinya. Memboroskan sepertiga umur di tempat tidur dengan percuma adalah sangat disayangkan. Latihlah selama setengah jam setiap hari.

Bagi orang yang rohnya telah terbangunkan, dalam melatih tidur dalam keadaan dan posisi Samadhi, ia dapat menggunakan cara Ta Wen Yang. Sambil berbaring, menahan napas. Badan bisa membungkuk seperti busur. Caranya sama seperti diuraikan sebelumnya. Bila ia dapat memperoleh petunjuk roh suci dari langit, hasilnya akan lebih baik lagi.

Didalam sebuah sutra, ada sebuah cerita sebagai berikut: Seekor kura kura hidup di sebuah rawa yang kering dan tidak bisa mencari makanan ke tempat yang banyak makanan. Kebetulan datang seekor burung bangau. Maka, si kura kura meminta tolong agar si bangau membawa si kura kura terbang. Setelah sang bangau terbang beberapa lama dan melewati sebuah tempat, si kura kura bertanya, "Dimana kita berada? Mengapa tidak berhenti?" Sang bangau tidak sempat menjawab karena si kura kura sudah terjatuh ke tanah karena membuka mulutnya melepaskan cengkraman pada sang bangau.

Demikianlah kura kura itu melambangkan manusia bodoh yang tidak menjaga mulut dan lidahnya. Cerita tentang si kura kura ini saya kutip sebagai perumpamaan bagi mereka yang melatih diri. Pada waktu berdiam diri, jangan berbicara. Begitu membuka mulut, maka chi akan buyar. Karena itu, sewaktu tidur dalam keadaan dan posisi samadhi, mulut harus ditutup rapat. Nafas yang dikeluarkan pendek saja, sedangkan nafas yang ditarik dilakukan panjang. Mulut dan lidah harus dijaga baik baik dimana lidah diangkat menyentuh langit langit.

Bila roh ingin dibuat tenang, harus bisa terpusat. Bila ingin terpusat, harus menyatukan chi dan roh. Roh mengikuti chi, dan chi mengikuti roh. Akhirnya, chi akan menjadi shen (spirit). Shen (spirit) itulah yang menjadi Budha dan Bodhisattva. Intisari ilmu tentang pembinaan diri terletak disini.

Hari ini, didalam tulisan ini, saya telah mengungkapkan cara cara yang sangat fundamental, yang sangat mendasar. Penjelasan tentang teknik tidur dalam keadaan dan posisi Samadhi sungguh sulit untuk ditemukan selama ini. Guru San San Chiu Hou pernah berkata, "Orang yang bijaksana mengerti setelah mewujudkan mimpinya. Sesungguhnya, waktu manusia sangatlah berharga. Orang awam patut dikasihani karena mereka sering bermimpi tanpa mengerti maknanya."

16. Menumbuhkan Sarira Di Dalam Tan Ting

Sadhaka yang dapat memasuki Dhyana akan membentuk sarira yang tak berwujud. Sarira adalah 'obat' dan merupakan perpaduan dari apa yang disebut didalam Taoisme sebagai '3 bunga' (ching, chi, dan shen). Sarira adalah 'buah' hasil mekarnya ke '3 bunga'. Sarira adalah hasil yang didambakan oleh setiap sadhaka.

Sedangkan Tan Ting adalah pembentukan dari 9 putaran di dalam tubuh manusia dimana 9 putaran adalah tempat untuk melatih Tan. Perihal menggerakkan 9 putaran dan menggerakkan Tan Ting bisa dimulai dengan melatih metode Ta Wen Yang dan pergerakan roh, dan kemudian dimengerti berangsur angsur sehingga akhirnya akan memperoleh kesanggupan memutar roda Dharma.

Pada sadhaka yang telah memasuki Dhyana, proses yang terjadi adalah sebagai berikut: Chi bergerak melalui roh. Kemudian air dinaikkan keatas. Setelah itu, lewat metode pernapasan dan konsentrasi pikiran, api ditimbulkan. Latihan pembentukan Tan ini harus lama dilatih baru dapat mengerti.

Apakah sarira telah terbentuk atau belum, diri sendiri yang mengetahui. Bila sarira berada pada apa yang disebut "kompor" di dalam diri, maka perut akan terasa panas dan terasa bagaikan sebuah benda yang bergerak. Ingatlah bahwa pikiran harus dikendalikan supaya tenang bagaikan air yang tenang. Kalau tidak, dikawatirkan chi nya akan buyar. Begitu konsentrasi 'shen' nya ceroboh, maka semuanya akan buyar dan badan menjadi dingin kembali tak bertenaga.

Ada 2 cara melatih Tan/Sarira:

1.

Sarira yang berbentuk dengan mengkombinasikan 3 permata (ching, chi, dan shen).

2.

Sarira yang tidak berbentuk dimana Budha, Dharma, dan Sangha yang berbentuk dan tidak berbentuk saling berpadu sehingga kekuatan yin berpadu dengan gerakan yang. Bila 'yin' dan 'yang' berpadu, barulah dikatakan berhasil.

Banyak orang menggunakan cara membentuk sarira yang tidak berbentuk dengan berbuat kebajikan, menyebut nama Budha, dan membaca doa. Tetapi, mereka tidak menyadari bahwa didalam diri setiap manusia --ada TriRatna yang tak ternilai. Triratna yang tak ternilai ini adalah ching, chi, dan shen.

Ching (air mani) adalah sumber hidup manusia. Bila ching (air mani) tidak bocor, maka ching dapat diangkat dengan menggunakan kekuatan pikiran untuk masuk ke dalam Tan Ting. Kemudian, chi dapat diperoleh dengan cara menaikkan air,

menurunkan api, dan kemudian melebur/merebusnya. Setelah itu, chi ini disalurkan lewat tulang belakang menuju Sian Kuan untuk berpadu dengan roh yang sebenarnya, keluar dari alam samsara, dan mencapai keBudhaan.

Semua latihan ini adalah berdasarkan kekuatan pikiran dan kekuatan roh. Pada orang yang rohnya telah terbangunkan, unsur 'yang' telah timbul sehingga bagian tulang belakangnya akan terbuka dengan sendirinya. Itu sebabnya orang yang rohnya telah terbangunkan lebih mudah mencapai keberhasilan dalam membentuk sarira dibandingkan dengan orang yang melatih diri mengandalkan kekuatan pikiran saja dan keadaan rohnya belum terbangunkan.

Melatih 'shen' untuk kembali ke alam kosong adalah latihan Taoisme yang paling tinggi yang memerlukan kesungguhan hati yang besar. Hati dan pikiran harus terkonsentrasi dengan baik untuk mengangkat air. Lalu, gunakan metode Ta Wen Yang setiap hari untuk membentuk sarira.

Setelah 'pembakaran' terjadi didalam 'kompot pil' di dalam diri, chi dapat dibawa menuju ke 'kompot' berikutnya. Pada saat itu, badan akan terasa ringan; semua terasa kosong. Bila pada saat itu konsentrasi hilang, maka dikawatirkan melekat pada keadaan kosong itu sehingga buyarlah hasil latihan.

Keadaan seperti itu pernah saya alami sewaktu saya duduk bermeditasi. Pada waktu seseorang berada didalam keadaan seperti itu, dia sangat mudah terganggu oleh roh roh luar. Itu sebabnya, janganlah melekat pada keadaan yang maya/semu. Jangan serakah. Dan, jangan gentar.

Keadaan ini disebut keadaan yang tanpa aku, tanpa bentuk manusia, tanpa bentuk insan, dan tanpa bentuk usia. Sewaktu saya memasuki alam ini, saya melihat alam para dewa lengkap dengan bunga bunga dan rerumputan dan merasa tidak ingin kembali ke dunia manusia. Untung saja saya ditegur oleh guru San San Chiu Hou sehingga sadar.

Disamping itu, saya juga melihat macan dengan giginya yang runcing yang bermaksud menelan saya. Kemudian, saya melihat ular besar yang melilit tubuh saya dan membuat saya sangat ketakutan. Jantung saya terasa lepas. Sekujur badan berkeriang. Saya juga melihat gunung emas dan perak sehingga menimbulkan keserakahan. Saya melihat rumah indah dan wanita cantik yang membuat saya terpesona. Saya melihat dewa dewa dan Maha Dewa yang sedang bersenang senang. Saya melihat makhluk berkepala 9 dan makhluk yang matanya melotot dan memegang pedang tajam.

Semua pemandangan dan penglihatan yang muncul dalam Samadhi saya ini membuat saya terpesona. Untunglah roh di langit, dengan suara raungan singa, menegur mereka yang lengah dan lalai seperti saya ini. Semua keadaan semu yang muncul itu sangat mudah mempengaruhi sifat sifat kita. Tanpa kewaspadaan, begitu terjebak,

maka akan sulit untuk kembali. Begitulah saya menegur diri saya sendiri.

Sebelum sampai ke tujuan, semua adalah maya. Setelah sampai di tujuan, pribadi sendiri bercahaya sehingga terlihatlah hal yang sebenarnya. Bila kata kata ini direnungi, maka akan terungkap perbedaan antara yang benar dan yang palsu.

Orang orang yang melatih diri hendaknya berwaspada diri untuk tidak menjadi sombong. Di dalam usaha membentuk sarira, diperlukan latihan fondasi selama 3 tahun yang disebut dalam Taoisme sebagai latihan "Cu-Ci"/(latihan fondasi). Setelah 3 tahun, baru bisa mulai melatih Tan (membentuk sarira). Banyak orang yang melatih diri tidak sadar bahwa ada yang disebut latihan fondasi ('Cu-Ci') selama 3 tahun. Mereka, begitu mengetahui cara melatih Tan, langsung bergegas mulai melatih Tan tanpa terlebih dahulu melakukan latihan fondasi. Itu sebabnya jarang diantara mereka yang berhasil.

Cara latihan dasar ('Cu-Ci') yang harus dilakukan selama 3 tahun ini telah diuraikan sebelumnya. Ketahuilah bahwa sewaktu melakukan latihan 'Cu-Ci' selama 3 tahun, biasanya orang yang melatih diri itu akan melihat para dewa yang turun dari langit, bidadari yang menari, dan kekuatan kekuatan tertentu. Kalau ia tidak hati hati menjaga badan jasmani dan pikirannya, maka ia akan terbelenggu. Ini adalah sebagian dari godaan Mara.

Yen shen (inti yang sebenarnya) dan se shen (kesadaran) adalah dua hal yang berbeda bagaikan sebuah benda bersisi dua. Mereka yang belajar Budhisme harus mengetahui bahwa 'Yang' Shen dilatih untuk mengatasi shen yang feminin. Yen shen (inti yang sebenarnya) dilatih untuk mengatasi se shen (kesadaran). Kedua hal ini berkaitan dengan pencapaian keBudhaan.

Sutra Intan membahas tentang bagaimana orang langsung menuju Yen shen, mengerti se shen, melihat Budha yang sebenarnya, dan melihat kemayaan Mara sampai menuju pada pengertian kosong yang sebenarnya dan "kosong yang maya". Sutra Intan sungguh mempunyai nilai yang sangat besar sekali. Yang dimaksud dengan Vajra yang sebenarnya adalah hati atau roh atau chi. Nama sebutannya banyak sekali.

Guru San San Chiu Hou pernah berkata, "Pengertian San San sebenarnya erat hubungannya dengan latihan dasar selama 3 tahun. Sedangkan Chiu Hou erat hubungannya dengan latihan 9 tahun. Mereka yang berada diantara langit dan bumi harus memperhatikan angka tersebut sehingga sarira dan bunga teratai akan mekar bersama. Empat yang-chi (chi yang bersifat 'yang') dari unsur tikus, kuda, kelinci, dan anjing, bila duduk lama akan memperoleh kekuatan."

17. Berkelana! Terus berkelana!

Apakah air danau Sammamish telah berhenti mengalir? Tidak, air danau itu masih terus berkelana dan berkelana.

Ada suatu saluran sempit disebelah selatan danau Sammamish yang menghubungkan Danau Sammamish dengan lautan. Melalui jalan keluar yang kecil ini, air Danau Sammamish mengalir ke Selatan menuju lautan.

Air Danau Sammamish masih seorang pengelana.

Oh Penglana!! Akupun dulu seorang pengelana. Saat itu, aku masih muda dan bujangan. Bekerja sebagai seorang peneliti yang banyak bepergian, aku berkelana ke puncak gunung tinggi, ke hutan hutan, dan ke sungai sungai. Aku melihat binatang binatang dan bunga bunga. Dan aku mendengar suara burung yang memanggil memanggil dengan nyaring.

Aku sering mengatakan bahwa seorang surveyor (peneliti) yang banyak bepergian adalah seperti seorang pengelana di daerah yang masih liar.

Di masa hari hariku berkelana, suatu kali aku tiba di sebuah desa yang banyak pohon bambu. Di desa itu terdapat sebuah kolam kecil dan aku duduk didekat kolam itu, mengagumi bunga lili air dan melempar kerikil kerikil kedalam air yang menimbulkan lingkaran lingkaran konsentrik di air.

Sewaktu tengah hari, team peneliti kami singgah di supermarket satu satunya nya di desa itu untuk menghangatkan makanan siang di box yang kami bawa. Sang pemilik toko memanggil putrinya untuk menghangatkan makanan siang yang kami bawa.

Aku menyapa si putri, dan ia mengangkat kepalanya sambil tersenyum. Ia memiliki wajah melon yang sangat manis, dengan mata yang cemerlang dan mulut yang manis.

Putri pemilik toko itu, bukan saja menghangatkan makanan siang kami, tetapi juga memasakkan semangkok besar soup telur untuk kami. Ia bahkan menemani kami selagi kami makan, dan ia banyak bertanya tentang pekerjaan penelitian yang kami lakukan dan tentang masalah masalah yang timbul di kota besar. Ia juga mengundang kami untuk mampir lagi ke tokonya bila kami kembali melakukan survey di daerahnya.

Ia selalu tersenyum sewaktu ia berbicara. Sangatlah menyenangkan dan menarik. Bahkan gerakan gerakannya sewaktu memanaskan makanan siang kami sangat anggun, dan kami tidak dapat menolak kebaikannya.

Jadi, didekat kolam lily air itu, sambil melempar lempar kerikil kedalam kolam itu, dua insan bertemu.

Sewaktu jam makan siang datang, seorang wanita sudah berdiri dipinggir jalan kecil dan kotor yang menuju desa itu menunggu kami.

Suatu kali ibunya menyapaku dan menanyakan jika aku ingin menginap beberapa lama didesa kecil itu.

Pada saat itu, karena aku adalah seorang surveyor yang memang harus banyak bepergian, sewaktu suatu tugas selesai aku sudah harus pergi ketempat lain lagi, kadang kadang sangatlah jauh. Aku masih harus bepergian ke banyak banyak tempat. Bagaimana mungkin aku menetap di desa itu?? Namun aku agak bimbang. Aku dapat melihat mata ibunya yang menginginkan ku untuk menetap, dan juga si putri itupun memberikan tanda tanda persetujuannya kepadaku.

Ketika kami akhirnya harus meninggalkan desa itu, kami lakukan dengan segera. Aku tidak lagi bimbang, memutuskan dengan cepat untuk pergi, karena aku adalah seorang pengelana, seorang surveyor yang harus banyak bepergian, dan seorang yang miskin. Bagaimana mungkin aku mengecewakan seorang wanita yang masih polos dengan matanya yang manis itu??

Aku berharap semoga ia berbahagia.

Begitu banyak nostalgia masa lalu telah berlalu dari ku seperti halnya air yang mengalir pergi. Sewaktu aku masih seorang pengelana, ada saat saat dimana hatiku bimbang, saat saat mengenang senyum, sapaan, bermain lempar batu bersama si putri di kolam lily air.

Air danau Sammamish juga seorang pengelana, mengalir ke selatan menuju lautan.

Cara air danau ini berkelana sangat kukenal. Kejadian kejadian masa lalu dapat muncul kembali. Aku tidak ingin menyentuh kejadian kejadian masa lalu ini, tetapi sewaktu aku menatap air yang mengalir itu, nostalgia itu dengan sendirinya muncul kembali.

Kenang kenangan masa lalu adalah seperti air yang berkelana. Tidak ada sesuatupun yang tidak berubah. Sekarang, aku menjalankan hidup yang pasti dan positif. Aku tidak pernah takut akan kritik dan aniaya; aku tidak pernah menyembunyikan perasaan perasaan ku. Aku tidak mencari pujian. Aku tidak takut akan suara suara cemohan. Karena aku bagaikan air yang mengalir, tidak luar biasa, tapi dengan gayaku tersendiri.

Tidak ada lagi godaan godaan.

Tidak ada lagi cinta monyet.

Tidak ada lagi permainan api.

Hidup bukanlah hal yang remeh; proses belajar bukanlah suatu kepalsuan. Mimpi mimpi itu telah pergi bagaikan air yang mengalir.

Sekarang, hati dari Vajra Master berMahkota Merah Suci yang dulu berkelana telah tenang kembali. Gelombang gelombang ombak telah dilupakan --air pasang, ombak ombak baru semuanya telah tenang kembali. Sekarang aku hanya memandang air danau Sammamish.

Air danau yang berkelana mengalir dengan cara berbelok belok yang sangat indah. Ada orang berkomentar bahwa bila seseorang menaruh kakinya ke air, lalu mengangkat kakinya, dan kemudian menyentuh air lagi, --air yang disentuh pertama kali dan kedua kali sudah tidak lagi sama. Air yang disentuh pertama kali sebetulnya sudah pergi lagi berkelana.

Oh, bijaksanawan, perjalanan hidupmu mungkin membawa banyak penderitaan dan kesukaran, tetapi gabungan dari tawa dan air mata itu betul betul merupakan pengalaman yang beraneka ragam. Terus berkelana! Terus berkelana!

18. Tidak Malas Melatih Diri

Pada waktu pertama kali saya mengalami hal kegaiban secara roh, ada perasaan was was di dalam hati saya. Apalagi karena secara tiba tiba muncul guru San San Chiu Hou yang mengajarkan ilmu dan cara yang tidak pernah saya dengar sebelumnya. Pada saat itu, karena merasa perlu berhati hati, maka saya bertanya kepada "orang pintar" dan para penekun kebatinan disana sini. Mereka memperingatkan saya untuk berhenti latihan supaya tidak tersesat. Bahkan ada biksu yang menganggap saya sudah gila. Tetapi karena saya sering bersama guru San San Chiu Hou, saya menemukan bahwa beliau sungguh ramah dan welas asih. Beliau adalah seorang maha dewa di jalan yang benar. Beliau membimbing saya, siang dan malam, dimana pun saya berada, termasuk sewaktu saya sedang bertugas keluar. Semua hal yang beliau tunjukkan terbukti kebenarannya. Guru San San Chiu Hou membimbing saya dengan ketat, disiplin, dan tidak sembarangan. Semua gerak gerik saya selalu berada dibawah pengawasan beliau.

Beliau memberi petunjuk kepada saya bahwa bhavana dan duduk bermeditasi merupakan hal penting yang tidak semata mata bisa diselesaikan dalam waktu 3 atau 5 hari. Bhavana bukan saja tidak boleh terputus tapi tidak boleh malas dan asal asalan. Bagi sadhaka, yang paling dikawatirkan adalah timbulnya rasa segan atau hilang semangat. Di dalam melatih diri, janganlah mengharapkan untuk segera memperoleh hasil.

Saya pada waktu itu setiap malam jam 11 pasti melatih diri duduk bermeditasi selama 50 menit. Guru San San Chiu Hou berada disamping saya memberi petunjuk. Semua ilmu yang saya pelajari sebagian besar adalah pemberian beliau. Karena bimbingan yang ketat dari beliau terbukti merupakan petunjuk ke jalan yang benar, dari awal hingga akhirnya, maka akhirnya saya menjadi percaya dan tidak ragu ragu lagi bahwa sesungguhnya guru saya adalah seorang maha dewa yang benar dan bukanlah sesat

atau iblis.

Teringat pada suatu malam, ketika saya sedang melatih diri, beliau duduk didepan saya memberi petunjuk. Saya beranjali. Beliau, secara roh, memberi petunjuk dengan menggerakkan tangan saya. Tangan adalah bagian mistik dari tubuh. Perubahan gerak tangan yang begitu indah dan beraneka ragam, hingga sekarangpun saya rasakan masih sulit untuk dimengerti. Beliau memberi petunjuk agar saya mengingat (menghafal) semua gerak tangan yang diajari beliau termasuk proses perubahan gerak tangan tersebut. Semuanya harus dicatat dengan teliti. Pada waktu itu timbul rasa malas saya sehingga saya berkata kepada beliau, "Bahwa guru memberi pelajaran mengenai gerak tangan kepada saya, saya tentunya berterima kasih. Tetapi, mencatat gerak tangan adalah pekerjaan yang sangat rumit. Lebih baik bila saat diperlukannya gerakan tangan tersebut tiba, barulah guru datang memberi petunjuk. Bukankah itu juga bisa? Mengapa harus membuat catatan? Ini hanya melelahkan saja." Selesai saya berbicara demikian, guru menghilang. Pada waktu itu, saya tidak mengerti mengapa guru sangat marah sehingga pergi. Setelah lebih dari 10 hari, barulah guru datang lagi dan berkata, "Lian Sheng, latihan pernapasan dan duduk bermeditasi tidak boleh bersandar kepada orang lain. Tempo hari saya mendengar kata kata yang malas dari kau. Sungguh membuat saya tidak senang. Sebenarnya saya ingin tidak menghiraukan kau lagi. Tetapi mengingat engkau berbakat sehingga saya merasa sayang. Harap lain kali kau tidak berbicara seperti itu lagi. Kalau bukan karena jodoh dari alam dewata, saya agak malas bersentuhan dengan bumi lagi."

Setelah saya mendengar kata kata beliau itu, saya merasa sangat menyesal. Sejak itu, saya tidak berani malas lagi. Banyak orang yang sudah bisa membangkitkan kekuatan rohnya, pada mulanya bersemangat karena merasa ingin tahu, tetapi lama kelamaan timbul rasa malas didalam diri mereka sehingga telah melupakan motivasi semula di dalam mempelajari pembangkitan kekuatan roh.

Setelah roh seseorang terbangunkan, dia harus berlatih selama 3 tahun sebelum dapat dikatakan telah berhasil menanam fondasi yang kuat. Orang yang tidak mempunyai ketekunan cenderung menunda pekerjaan ini. Begitu dia berhenti, maka akan terputuslah latihan dan sulit untuk kembali lagi.

Banyak orang berhasil membangunkan rohnya tetapi tidak mempunyai pengetahuan tentang Banyak orang berhasil membangunkan rohnya tetapi tidak mempunyai pengetahuan tentang bagaimana menggunakan kekuatan roh tersebut. Karena itu, bimbingan dari roh yang benar dan kuat merupakan suatu hal yang sangat penting. Adanya roh suci yang memberi petunjuk di dalam latihan akan dapat membantu menghindari jalan yang sesat dan mencapai keberhasilan.

Bantuan dan petunjuk dari para dewata tidak bisa diperoleh oleh semua orang. Hal ini berurusan dengan karma masa lampau seseorang. Tetapi bila seseorang dengan sungguh sungguh bertobat dan bercita cita melatih diri, ia dapat menulis sebuah doa

diatas kertas yang kemudian dibakar dan dengan memasang meja "altar 7 bintang" untuk memohon para dewata untuk turun membantu. Seandainya permohonan tersebut belum dikabulkan, janganlah berkecil hati. Asalkan setiap saat menjaga pikiran untuk tidak menuju jalan sesat sambil melatih diri terus menerus, maka pada suatu hari akan mencapai keberhasilan. Bagi mereka yang tidak memperoleh bantuan para dewata, asalkan tulus hati, akhirnya pasti bisa memperoleh bantuan itu.

Cara memasang "altar 7 bintang" adalah sebagai berikut:

1.

Pasanglah sebuah meja sembahyang menghadap Utara. Diatas meja sembahyang, letakkan 7 lampu pelita. Di setiap lampu pelita, taruh sebuah hiolo, 7 buah lilin, 7 buah pedang bintang, 7 buah cangkir teh, dan 7 macam buah.

2.

Baca kitab Pei Tou Ching (sebuah kitab aliran Taois). Dalam membuat surat doa yang akan dibakar, anda bisa meminta tolong kepada orang yang mahir menulis. Isi surat doa dapat mengikuti contoh yang diberikan dalam bab sebelumnya dari buku ini dan juga bisa diubah sedikit. Sewaktu menggelar altar 7 bintang, anda harus bervegetarian selama 3 hari dan tidak makan setelah lewat jam 12 siang. Juga ke 7 pelita harus dinyalakan selama 3 hari.

3.

Setelah 3 hari, rapihkan altarnya. Lalu, duduk bermeditasi untuk menanti petunjuk dari langit. Didalam latihan duduk bermeditasi, harus ada guru pembimbing yang memberi petunjuk. Sebaiknya guru tersebut adalah dewata dari tingkat tinggi. Kalau tidak ada, anda juga bisa memohon petunjuk dari para sesepuh atau guru guru leluhur. Anda tidak boleh sembarangan menggunakan hu pengikat setan atau makhluk makhluk halus. Karena yang diikat pada umumnya adalah dewa air, dewa sungai, dewa sumur, serta dewa dewa kecil lainnya. Adakalanya malah yang datang adalah peri (setan setan air). Bagaimana hu hu yang kadarnya rendah itu dapat mengundang para dewata tingkat tinggi?

Orang yang telah dapat membangunkan rohnya harus berlatih setiap hari. Satu kali berlatih setiap hari adalah baik. Waktu untuk latihan juga tidak perlu terlalu panjang. Yang penting harus konsisten, jangan terputus, dan jangan sekali kali malas. Bila cara latihannya tepat, pengetahuan yang dimiliki benar, maka akan memperoleh pelajaran yang benar sehingga roh roh jahat tidak bisa mengganggu. Semua latihan harus bersandarkan pada kesungguhan dan kebulatan tekad, barulah akan memperoleh hasil yang baik.

19. Isyarat Isyarat Yang Disampaikan Oleh Roh Suci

Sewaktu bersadhana, bimbingan yang diberikan oleh roh suci di langit adakalanya berbentuk isyarat. Karena itu, orang yang rohnya terbangunkan dan berusaha melaksanakan bhavana harus memperhatikan isyarat isyarat yang diberikan tersebut sehingga dapat mengerti hal hal yang akan terjadi, apakah itu hal yang baik atau buruk, yang dapat bermanfaat bagi diri sendiri maupun bagi orang lain.

Ada sebuah kisah nyata yang dialami oleh seorang yang bernama Mr. Chiang, seorang pemilik pabrik plastik. Mr. Chiang adalah seorang yang rohnya telah terbangunkan dan berusaha membina roh. Ia juga seorang pelatih ilmu bela diri sehingga kaki dan tangannya sangat terlatih. Di rumahnya, ada sebuah arca Kwan Im berwarna putih yang pernah saya tengok.

Pada suatu malam, dia datang mencari saya dan berkata, "Tuan Lu, tadi malam saya bermimpi aneh. Biasanya saya tidak bisa mengingat mimpi saya, tetapi tadi malam impiannya sangat jelas. Saya bermimpi bahwa dari kolam di rumah muncul sebuah peti mati. Ukuran peti mati itu tidak besar dan perlahan lahan muncul dari dalam kolam. Didalamnya berbaring seseorang yang memejamkan mata. Impian itu sangat menyeramkan. Apakah artinya?"

Mendengar cerita Mr. Chiang, saya berusaha melakukan hitungan/ramalan untuknya. Ternyata hitungan yang keluar tidaklah positif. Saya berkata kepadanya, "Berdasarkan analisa Pat Kwa, keadaan anda sedang menurun. Dalam beberapa hari ini, anda harus berhati hati." Selesai berkata begitu, saya mendengar suara roh di langit yang berkata, "Ini adalah nasib. Karena keadaan "Yang" sedang memudar dan keadaan "Yin" sedang memuncak, maka keadaan tidaklah menguntungkan dan sulit diselesaikan." Saya menyampaikan arti ini kepada Mr. Chiang serta berpesan supaya ia berhati hati. Mr. Chiang masih mempunyai ayah dan ibu. Dari istrinya, ia mendapat dua putra dan dua putri. Satu putranya baru berusia 2 bulan. Keluarga mereka hidup hemat dan rajin dan dapat dikatakan cukup berbahagia.

Pada malam terjadinya hal negatif yang telah diramalkan, seperti biasanya Mr. Chiang naik ke atas loteng untuk melatih diri. Latihan Mr. Chiang berada pada tingkat dimana anggota tubuhnya dapat bergerak gerak dengan kekuatan yang tidak terlalu besar. Ada kalanya gerakan yang terjadi adalah mengangkat tangan dan kemudian menurunkannya lagi. Tetapi pada malam itu, kekuatan yang menggerakkan tangannya sangat kuat sampai membuat dia terperanjat. Gerakannya pun sangat aneh dimana tangan kirinya bergerak menangkap jari tengah tangan kanan dengan kekuatan yang sangat besar seakan akan ingin mematahkan jari tengah tangan kanan itu. Kejadian itu sangat menyeramkan seakan akan kekuatan roh di langit dan kekuatan roh diri sendiri dipadukan menjadi sebuah kekuatan sangat besar untuk memutuskan jari tengah. Setelah berlatih selama 50 menit, Mr. Chiang kembali ke tempat tidurnya dan berkata kepada istrinya, "Malam ini latihan saya aneh sekali. Tenaganya sangat besar dan sepertinya ingin mematahkan jari tengah kanan saya." Di tengah malam, tubuh Mr. Chiang menindih lengan kanannya sehingga membuat dia sadar meskipun ia kemudian

tidur kembali. Menjelang subuh, dia terbangun dan melihat istrinya sedang menangis. Ternyata anaknya yang berusia 2 bulan yang bernama Chiang Ming Ce sudah hijau mukanya dan tidak lagi bernapas. Ia membangunkan ayahnya dan mencari dokter di tiga tempat. Semua dokter mengatakan anaknya tidak tertolong lagi. Entah bagaimana si anak tidur dengan hidung menindih bantal sehingga sukar bernapas dan mati. Pihak kepolisian, tim pemeriksa jenazah, dan dokter datang. Semuanya berkata, "Kuburkanlah". Mr. Chiang dengan sedih memandang anaknya. Ia baru sadar bahwa wajah anaknya itu mirip dengan wajah orang yang dia lihat berada di dalam peti mati di dalam mimpi anehnya itu.

Setelah peristiwa itu terjadi, Mr. Chiang datang kerumah saya dan menceritakan kejadiannya kepada saya. Saya katakan bahwa para dewata sebenarnya telah memberi isyarat isyarat mengenai nasib anaknya itu. Isyarat pertama adalah bahwa dari dalam kolam air muncul peti mati. Ini merupakan isyarat kematian. Isyarat kedua adalah gerakan yang tidak wajar dimana tangan kiri menarik jari tengah tangan kanan untuk diputuskan. Gerakan memutuskan jari menandakan adanya salah satu anggota keluarga yang akan terlepas. Nama anaknya adalah Mi C ski b i"A k bij ksa " ij d di ka " l s"Bil ke Ming Ce yang meskipun berarti "Anak bijaksana" tapi juga dapat diartikan "melepas". Bila ke tiga isyarat ini dikaitkan, maka pesan yang diberikan itu menjadi jelas artinya. Sayangnya, kadang kadang kita yang tidak dapat mengerti isyarat isyarat ini. Setelah terjadi, baru kita sadar dan sudah terlambat. Setelah mendengar kata kata saya, Mr. Chiang menjadi sadar dan berkata, "Semua diluar dugaan. Pada malam itu, sewaktu saya melakukan gerakan yang aneh tersebut, saya sebenarnya berpikir untuk datang menemui anda meminta penjelasan, tetapi sekarang semuanya sudah terlambat."

Saya berharap agar mereka yang rohnya telah terbangunkan --pada waktu duduk tenang bermeditasi --hendaknya dapat mengamati dan merenungkan isyarat isyarat yang diberikan oleh para dewata. Isyarat isyarat yang diberikan kepada manusia berbeda beda caranya. Isyarat tersebut dapat berupa tanda di langit maupun di bumi. Bila manusia bisa membaca isyarat isyarat itu, dia dapat mengetahui apa yang akan terjadi di jagad raya ini termasuk nasib dirinya sendiri. Mereka yang telah terbangunkan rohnya dan bergerak gerak sewaktu melatih diri harus dengan hati hati mengamati isyarat isyarat dari gerakan roh. Semua gerakan mengandung arti dan bukan tanpa sebab.

Cara komunikasi antara manusia dengan para dewata tidaklah terbatas dan tidak harus lewat 6 kesanggupan batin (6 Abhijnas). Misalnya, isyarat isyarat bisa diberikan lewat keadaan bintang, gunung, air di bumi (sungai), dan anggota tubuh manusia (seperti misalnya sidik jari dan tulang), dan lain lain. Bila orang bisa mengerti isyarat isyarat tersebut, maka ia seperti dewata saja.

20. Kontak Batin Dengan Menggunakan Tangan

Kontak batin itu beraneka ragam caranya dimana cara cara tersebut merupakan rahasia dari badan jasmani itu sendiri. Sejak jaman dulu sudah ada yang dinamakan "Kontak Batin dengan tangan".

Orang yang mempunyai kesanggupan ini banyak jumlahnya, namun tidak banyak yang tahu latar belakang dan rahasia kenapa dapat dilakukan. Tulisan ini bertujuan mengungkapkan rahasia tersebut.

"Kontak batin dengan tangan" berarti melakukan kontak batin dengan menggunakan 10 jari tangan yang berdasarkan Pat Kwa dengan Chien, Kuen, Ken, Sien, Li, Khan, Tuiy, dan Chen sebagai urutannya. Rumusan tangan dari Wang Se Kung adalah sebagai berikut: "Bintang dan Pat Kwa disatukan. 8 dengan 8 berubah tanpa selisih. Dengan mengubah dulu bagian Chien, di telapak tangan, keatas menghitung tuiy, kebawah menghitung chen, jari manis menekan bagian kun dan bagian kan, jari tengah memilih sien dan menunduk kebawah, bagian cien kembali ke telunjuk, maka semua kwa bisa terlihat."

Ini berarti: "Chien berhadapan dengan tuiy; tuiy berhadapan dengan chien; chen berhadapan dengan li; li berhadapan dengan chen; chien berhadapan dengan sien; sien berhadapan dengan chien; ken berhadapan dengan kun; kun berhadapan dengan ken."

Disamping itu, rumusan berdasarkan LO-SHU adalah sebagai berikut:

1. Khan berwarna putih
2. Khun berwarna hitam
3. Chen berwarna emerald (hijau giok)
4. Sien berwarna hijau
5. Ditengah berwarna kuning
6. Chien berwarna putih
7. Tuiy berwarna merah
8. Ken berwarna putih
9. Li berwarna ungu

Setelah Pat Kwa telah ditentukan di jari tangan, terciptalah sebuah bahasa dimana para dewata akan dapat melakukan kontak batin menggunakan telapak tangan kita. Jempol tangan akan dengan otomatis menghitung bagian atas dan bawah dari Pat Kwa. Bagian Pat Kwa yang tergabung akan membentuk 64 bentuk.

Berdasarkan ke 64 bagian Pat Kwa, maka dapat menelusuri keadaan pada masa lampau, sekarang, maupun yang akan datang. Para dewa yang hidup di jaman dahulu sebetulnya mengandalkan roh yang terbangunkan digabungkan dengan ilmu "Pat Kwa di telapak tangan" ini untuk dapat mengetahui hal hal rahasia.

Untuk menggunakan ilmu ini, anda harus terlebih dahulu mengerti formula (rumus) tangan dari Wang Se Kung. Lalu, pelajailah arti dari ke 64 Hexagram sampai hafal.

Susunan Pat Kwa adalah sebagai berikut: Matahari berhubungan dengan Chien; bagian ketiga dari tanda Siao menuju Tuiy; bagian ketiga lainnya adalah tuiy membentuk chen; dan ketiga bagian chen lainnya menuju kun yang terbagi menjadi 6 bagian; Kun membentuk khan yang penuh; Tiga lima perubahan khan diatas menjadi sien di bagian bawah yang terputus; Tiga enam sien ditengah menuju ken; tiga tujuh ken berubah menjadi li di tengah yang kosong; Tiga delapan li di tengah menjadi chien tiga rentetan; kemudian kembali ke kwa yang asalnya; demikian pula ke tujuh kwa lainnya, perubahannya adalah seperti semula.

Misalkan chien menuju tuiy dan menimbulkan chen yang kuat, maka akan menjadi bagian khun, bagian khan yang kaya, bagian sien yang budaya, bagian ken yang sederhana, bagian li yang perkasa, dan chien yang pecah, sebagai tambahan.

Misalkan khun bagian naga yang memasuki bagian ken akan menimbulkan sien yang serakah, chien yang jaya, li yang makmur, chen yang budaya, tuiy yang sederhana, khan yang perkasa, dengan bagian pecahan sebagai tambahan. Bagian ini disebut bagian naga dengan tiga hal yang baik dan enam keunggulan.

Anggota tubuh yang paling lincah adalah tangan dengan ke sepuluh jari sebagai simbol dari gerakan. Orang yang ingin melatih ilmu ini pertama tama harus bisa merasakan kontak batin di tangan sampai pada tingkatan dimana hati dan tangan telah menyatu. Bila berhasil, maka ini merupakan suatu kesanggupan kontak batin yang bernilai besar. Tangan menggerakkan hati; dan hati menggerakkan tangan dimana hati merupakan bagian dari segala galanya.

Melatih ilmu ini bisa dikatakan sulit tapi bisa dikatakan mudah. Ringkasnya, rahasia ilmu ini semuanya tergantung kepada bagaimana kita menggunakan rumusnya. Setelah mengetahui rumusnya, maka semuanya bergerak berdasarkan hati.

Berikut ini, saya jelaskan dua cara untuk melatih ilmu ini.

Cara pertama adalah sebagai berikut:

1. Pejamkan mata dan atur pernapasan.
2. Baca mantra pembersihan langit dan bumi 3 kali.

3. Membaca mantra untuk mengundang para dewata.

4. Membuka tangan menghadap ke langit sambil mengucapkan nama-nama para dewa yang ingin diundang. Lakukan ini sampai telapak tangan terasa hangat baru berhenti.

5. Mulai membaca rumusan tangan. Harus berkonsentrasi.

6. Jangan lupa membakar dupa.

7. Yang paling harus dihindarkan adalah suara tertawa yang bersifat mengejek atau suasana yang bisingsing.

8. Bila tangan mulai terasa hangat dan peredaran darah menjadi cepat, maka ini adalah pertanda dapat memulai latihan.

Cara kedua adalah sebagai berikut:

1. Didalam hati berdoa semoga para dewa membantu merumuskan rahasia tangan ini sehingga dapat melakukan hitungan/kontak batin.

2. Konsentrasikan kekuatan roh pada semua ujung jari. Maka semua jari tersebut akan bergerak tak henti-hentinya. Jari-jari tersebut bergerak secara alamiah tanpa dibuat-buat.

3. Sampaikan pertanyaan yang ingin diajukan kepada para roh dewata di langit yang akan memberi petunjuk.

4. Jempol tangan akan menunjuk bagian kua atas dan kua bawah. Dengan demikian, semua rahasia akan terjawab. Setelah kua atas dan kua bawah diperoleh, susunan di bagian lain dapat dilanjutkan.

5. Anda dapat mengajukan beberapa pertanyaan, tetapi waktu untuk kontak batin ini janganlah terlalu lama. Bila terlalu lama, akan dapat membuyarkan konsentrasi. Setiap kali melakukan hitungan, janganlah lebih dari 20 menit. Bila sudah 20 menit, istirahatlah dulu 5 menit supaya hasil hitungan menjadi lebih tepat.

Tidak banyak orang yang mengerti tentang penggunaan telapak tangan yang dipadukan dengan Pat Kwa. Kemampuan orang-orang yang bisa melakukannya pun bervariasi dari tingkat tinggi ke tingkat rendah. Ketepatan ramalan/hitungan bisa mencapai 80%. Kalau waktu dan tempat mengizinkan, bahkan yang 20% itu bisa dihitung kembali. Meskipun kemungkinan kesalahan hanya 20%, hal ini penting untuk diperhatikan karena mungkin berurusan dengan kekuatan roh dari luar atau salah komunikasi. Kalau kesalahan atau ketidak-tepatan itu bisa ditemukan dan berangsur-angsur diperbaiki, maka akan dapat memperoleh hitungan/ramalan yang tepat 100%.

Orang yang dapat melakukan kontak batin meskipun hanya menggunakan tangan sesungguhnya bagaikan seorang dewata yang hidup di bumi. Orang-orang pintar yang

bisa menggunakan jari tangannya untuk menghitung dan meramal tidaklah terlalu banyak jumlahnya, lebih lebih lagi yang bisa menggunakannya untuk mengerti rahasia alam. Para dewa di jaman dulu berlatih chi (prana) yang bisa merawat/membina roh yang mana roh ini dapat menggerakkan tangan untuk menghitung dan meramal. Hari ini saya membuka rahasia tangan yang tidak pernah diuraikan sebelumnya. Semoga mereka yang belajar ilmu ini dapat membantu umat di dunia dan tidak mengecewakan para guru suci.

21. Menghormati Dan Berdoa

Umat Budhis, pada waktu melihat arca atau gambar Budha, sudah seharusnya merapihkan bajunya dan bernamaskara. Bila tidak bernamaskara, sedikitnya beranjali atau memberi salam. Didalam hati, anda dapat memuji Budha dengan berkata, "Di antara langit dan bumi dan di sepuluh penjuru alam, tidak ada yang menandingi sang Budha." Anda juga bisa berkata di dalam hati, "Semoga semua makhluk dapat melihat semua Budha." Anda juga bisa berkata, "Budha adalah Raja Dharma yang tak tertandingi. Budha adalah Guru para dewa dan manusia. Budha adalah Bapak yang welas asih dari semua makhluk. Saya berlindung kepada Budha. Semoga saya dapat menyingkirkan karma buruk dari perbuatan, ucapan, dan pikiran. Semua pujian untuk sang Budha tidak akan habis selama berkalpa kalpa."

Bila mengitari ruangan altar, untuk sopan santun, hendaknya memutar dari kanan; jangan dari kiri. Dengan kata lain, hendaknya memutar searah jarum jam.

Sadhaka tidak boleh meremehkan dewa dewa Taois. Lebih lebih lagi mereka tidak boleh meremehkan Yesus Kristus atau gambar/arca dari agama lainnya. Kepada dewa dewa Taois, Yesus Kristus, pujaan agama agama lain, mereka harus memberi hormat, beranjali, atau memberi salam karena Budha dan Bodhisattva dapat mewujudkan diri dalam berbagai bentuk untuk menyelamatkan para insan di dunia ini. Kalau kita harus memberi hormat kepada semua manusia, mengapa kita tidak memberi hormat kepada para dewa? Kalau kita bisa menjalankan bhavana, para dewa lebih bisa lagi.

Berilah hormat kepada semua orang karena kita harus melihat semua orang sebagai Budha yang akan datang. Berilah hormat kepada semua dewata karena mereka semua adalah Budha dan Bodhisattva di masa yang akan datang. Kita harus menghormati semua makhluk tanpa membeda-bedakan. Kita tidak boleh meremehkan siapapun juga. Disamping itu, doa mempunyai nilai yang sangat penting. Bila berdoa dengan hati yang tulus, maka bisa menggetarkan hati para dewa dan Bodhisattva sehingga mendapat petunjuk dari mereka.

Saya akan mengisahkan pengalaman pribadi saya yang menyangkut perihal doa. Kisahnya adalah sebagai berikut:

Sebenarnya saya adalah seorang yang jarang sakit. Namun, pada suatu hari, saya jatuh sakit parah. Di waktu pagi hari, masih tidak begitu terasa. Tapi, sampai sore

hari, badan semakin panas. Suhu badan naik sampai 38 derajat celsius; kepala terasa sangat berat; badan kemudian merasa sangat dingin meskipun telah memakai baju berlapis lapis. Tidur di malam hari tidak nyenyak dan banyak mimpi. Badan sangat letih; mata menjadi cekung; wajah sangat pucat; untuk berjalan terasa sangat sulit. Dalam keadaan menderita seperti itu, saya berusaha bermeditasi di malam harinya. Keesokan harinya terasa agak lebih baik. Tetapi sampai siang hari, penyakit ini kambuh lagi. Keadaan pada waktu pagi dan sore berbeda sekali.

Karena merasa kondisi sudah sangat tidak beres, saya meminta petunjuk para dewata. Yao Ce Cing Mu memberi petunjuk singkat: "Anda terkena santet." Ternyata memang benar. Saya sangat menderita sampai sepertinya ingin menangis tapi tidak bisa mengeluarkan air mata. Sungguh berat penderitaan yang saya rasakan. Saya berusaha menyembuhkan diri dengan membakar dan meminum "hu penangkal roh", tapi tidak berhasil. Saya mencoba dengan membaca mantra, tetap tidak berhasil. Di tengah malam itu, saya bangun untuk menggunakan ilmu 7 bintang untuk menetralsir mara bahaya. Ternyata tetap tidak berhasil. Kekuatan santet tersebut sungguh besar dan tidak bisa diusir oleh kekuatan diri sendiri. Hal ini berlangsung selama 7 hari berturut turut. Keadaan saya semakin hari semakin parah. Penyakit telah masuk ke dalam tulang dan ajal terasa sudah dekat. Dalam keadaan genting seperti ini, saya berusaha memberontak dan berdoa. Saya memohon kepada Yao Ce Cing Mu setulus tulusnya dengan berkata, "Yao Ce Cing Mu yang mulia, saya Lian Sheng, sebagai murid, sekarang sedang terkena santet dan merasa tidak berdaya apa apa lagi selain berdoa kepada Yao Ce Cing Mu. Mungkin saya telah membuat kesalahan dalam ucapan atau perbuatan saya. Semoga saya bisa dimaafkan. Semoga kekuatan roh para dewa dapat membantu saya untuk sembuh dari penyakit. Dengan tulus saya berdoa." Doa saya ini membantu saya untuk sembuh dari penyakit. Dengan tulus saya berdoa. Doa saya ini sederhana, tetapi tulus. Selama 3 hari berturut turut, saya berdoa. Pada malam ketiga, dalam suasana yang remang remang, saya melihat Yao Ce Cing Mu berdiri disisi tempat tidur saya. Beliau memegang tangan saya dan membimbing saya untuk menggunakan telunjuk jari saya sendiri untuk mengusap usap kedua alis mata, kedua mata, dan ubun ubun kepala terus menerus sampai menjadi panas dan merah bagaikan mengeluarkan darah. Setelah itu, Yao Ce Cing Mu menghilang. Tidak lama kemudian, ada segumpal asap hitam yang menerjang keluar dengan mengeluarkan suara dari bagian Sien Kuan saya. Saya tercengang dan menjadi sadar. Saya meraba kepala saya dan melihat kepala saya sudah berwarna merah memar. Sungguh aneh, di hari ke 2, semua penyakit saya telah hilang dan saya sehat kembali seperti semula. Berkat doa, saya telah sembuh dari penyakit yang sangat berat itu. Kelahiran, tua, sakit, dan mati adalah hal hal yang tidak bisa dihindarkan. Pikiran yang bergerak sedikit saja akan menjerumuskan orang pada kelahiran berikutnya. Yang berbahaya bagi orang yang dalam keadaan sakit parah adalah pikirannya kacau sehingga lupa berdoa dengan hati yang tulus. Sewaktu berdoa, kita harus betul betul menenangkan pikiran. Didalam hati, kita dapat mengucapkan kata kata, "Semoga sinar terang di langit menyinari saya. Semoga kekuatan roh di langit dengan tangan kebijaksanaan

menopang saya. Dengan pikiran yang benar, saya menyebut nama Tathagata yang suci. Dengan Bodhicitta, semoga dapat terlahir dalam Sukhawati dan memperoleh kesadaran untuk memasuki lautan kebijaksanaan dan cita-cita para Budha. Semoga dengan welas asih sang Budha, saya dapat menyingkirkan kejahatan dan menumbuhkan kesucian dan kebaikan sehingga tidak ada lagi penyakit yang diderita dan tidak lagi terikat pada dunia ini. Hati menjadi kokoh dan memasuki Dhyana. Semoga para suciwan muncul dan dapat melihat Budha." Doa sangatlah penting. Ada sebuah syair sebagai berikut:

Air yang jernih sehingga mencerminkan bulan dengan sempurna. Semua pemandangan dan keadaan begitu jelas. Begitulah kekuatan doa yang tulus. Hati terbuka. Terlihat bunga bermekaran.

Dengan demikian, pada suatu saat, kita bisa mencapai tingkat kesucian "yang tanpa sisa lagi". Tanpa penjemputan, kita sudah tahu kemana kita akan pergi.

Pada waktu akan meninggal, bila melihat arwah arwah leluhur yang menjemput, itu bukan gejala yang PASTI baik. Ada kemungkinan bisa menuju kehidupan di alam lain lagi. Bila menjelang meninggal --melihat para Budha menjemput dengan teratai, hal ini juga harus bisa dimengerti. Bacalah doa dengan tulus hati untuk memperoleh berkah para Budha dan Bodhisattva dan memperoleh kebenaran. Cara terbaik pada saat demikian adalah memejamkan mata dan dengan tulus memohon. Begitu mata dibuka, maka akan berada diantara para Budha dan Bodhisattva. Bila tidak bisa membedakan mana yang benar dan mana yang palsu, dikawatirkan akan tersesat.

Bila seseorang mempunyai kekuatan roh yang cukup untuk dapat membebaskan diri dengan cara "keluar dari jasad dalam keadaan suci", pertama tama adalah dengan membuat roh mengitari seluruh badan. Ini dapat dilakukan dengan menggunakan metode Ta Wen Yang. Bagaikan air yang menguap menjadi chi. Chi kemudian dibekukan menjadi es. Kemudian es dijadikan yang hampa. Demikianlah prosesnya. Teorinya kelihatan sederhana, tetapi harus dengan pelaksanaan yang nyata. Pada waktu menggunakan kekuatan roh, chi harus penuh dan kuat bagaikan pompa yang memompa ban mobil baru dapat "keluar dari jasad dalam keadaan suci". Bagaimana mengetahui kalau chi sudah cukup kuat untuk "keluar dari jasad dalam keadaan suci"? Sarira telah terbentuk. Bila ini disucikan kembali, maka sudah siap untuk "keluar dari jasad dalam keadaan suci".

23. Melatih Roh Dengan Ilmu Sinar Melingkar

Ada beraneka ragam cara dalam melatih komunikasi roh. Salah satunya adalah yang disebut ilmu "sinar melingkar". Ilmu ini di Taiwan maupun diluar negeri sudah dikenal orang. Di luar negeri biasa disebut sebagai cara "melihat bola kristal".

Mata manusia awam tidak bisa melihat apa yang terkandung didalam bola kristal.

Hanya dengan kekuatan roh yang tinggi, baru dapat melihat perubahan dari warna warna yang berada di dalam bola kristal. Bahkan ada orang yang bisa melihat didalam bola kristal itu -bayangan atau tulisan atau wujud gedung gedung maupun wujud benda benda lainnya. Ada yang bisa melihat nasib kehidupan manusia didalam bola kristal tersebut. Bola kristal itu sendiri sebenarnya hanyalah sebuah alat. Yang terpenting adalah kesanggupan "mata dewata" dari orang yang melihat bola kristal tersebut.

Ilmu sinar melingkar di Taiwan kebanyakan menggunakan selembar kain putih yang digantung di tempat yang terang dengan ruangan disekitarnya dibuat gelap. Kemudian dupa dipasang untuk mengundang para dewata. Kedua mata menatap kain putih tersebut sambil membaca mantra. Lambat laun diatas kain putih tersebut akan terlihat huruf huruf berupa syair. Huruf huruf itu timbul dengan cepat dan juga sirna dengan cepat. Keadaannya mirip seperti slide film yang ditayangkan. Kalau yang menatap kain putih tersebut berjumlah banyak orang, maka sebagian akan bisa melihat dan sebagian lagi tidak bisa melihat huruf huruf itu. Biasanya masing masing orang yang melihat itu akan menuliskan apa yang telah dilihat oleh mereka untuk kemudian saling dicocokkan informasi yang didapatkan.

Apakah ilmu ini tergolong lurus atau sesat? Agak sulit dikatakan. Saya mempunyai seorang teman wanita di Taipeh yang berusia kira kira 30 tahun dan belum menikah. Ia pernah belajar Tantra. Dari seorang biksu, ia dengan resmi belajar ilmu sinar melingkar untuk melatih mata dewata.

Suatu kali saya menjumpai dia pada waktu dia dibawa oleh orang orang rumahnya ke rumah sakit karena pada waktu itu dia berada didalam keadaan tidak sadar dan berbicara ngawur. Dia telah terjatuh ke alam sesat. Pada mulanya saya tidak mengerti alasannya. Orang orang rumahnya kemudian menceritakan kepada saya bahwa dia menggantung sebuah kain putih di kamar tertutup. Setiap hari ia memasang dupa dan bermeditasi sambil membaca mantra "Om Mani Padme Hum". Setelah lewat 49 hari, diatas kertas dia dapat melihat huruf huruf yang berbunyi "Adik anda dalam bahaya. Pada tanggal XXX dia tidak boleh keluar rumah." Sewaktu ia beritahukan hal tersebut kepada adiknya, adiknya itu tidak percaya. Nyatanya pada hari yang disebutkan itu, adiknya itu mendapat kecelakaan sewaktu naik motor sehingga satu kakinya patah. Semenjak saat itu, wanita tersebut hanya mempercayai kata kata yang tertera diatas kain putih. Dia tidak lagi percaya kepada kata kata siapapun termasuk kata kata orang tuanya. Roh yang memberi petunjuk dengan huruf huruf di kain putih itu menyarankan kepadanya "tidak boleh menikah" dan ia mengiyakan. Roh tersebut juga menganjurkannya memakai baju hitam dan ia mengiyakan. Pada umumnya, apa yang diberitahu oleh roh tersebut lewat kain putih ternyata memang benar sehingga membuat dia sangat mempercayai roh tersebut. Pada suatu hari, diatas kain putih tertampak seorang pria muda berjubah putih yang sangat ganteng. Roh pria itu memberi petunjuk kepadanya tentang cara latihan. Namun akhirnya roh itu malah menjadi teman bersetubuh wanita tersebut. Setiap dia duduk bermeditasi, pria

tersebut akan turun dari kain putih tersebut. Kedua orang tua si wanita akhirnya mengetahui persoalan ini, menjadi sangat terperanjat, dan berusaha membujuk putrinya untuk tidak berlatih lagi. Tetapi wanita tersebut berkata bahwa pria berbaju putih itu akan membawa dia pergi. Setelah berbicara demikian, wanita itu telah menjadi gila. Saya tidak bisa memisahkan roh yang mengganggu wanita itu. Kedua mata wanita itu sangat seram. Roh yang mengganguya tidak bisa dinetralisir sehingga saya sungguh merasa tidak enak. Maka, saya menulis tanggal/bulan/tahun kelahiran wanita itu dan menancapkannya diatas beras putih sambil membaca mantra agar wanita itu bisa terlepas dari gangguan roh jahat. Pada waktu saya berkonsentrasi melakukan hal ini, tiba tiba terlihat didepan mata saya adanya sesuatu yang bergerak. Setelah beberapa lama, menjadi semakin jelas adanya bayangan putih yang bahkan bisa berbicara.

"Lian Sheng, kalau engkau ikut campur, itu sungguh tidak adil," kata pria berjubah putih itu.

"Anda mengganggu latihan orang. Dengan cara yang sesat anda mempengaruhi orang lain. Itu sama seperti melukai tubuh seorang Budha. Apakah tidak adil kalau saya ikut campur karenanya?"

"Tidak, Lian Sheng. Semua hukum karma berurusan dengan karma masa lampau, sekarang, dan yang akan datang. Wanita ini, meskipun melatih diri, tetapi pada kehidupan lampaunya, adalah seorang penjahat yang pernah menyakiti saya sehingga saya mati. Saya mempunyai dendam kesumat dengannya. Dia berhutang kepada saya selama 13 tahun dan saya akan menganiaya dia sampai tidak berbentuk manusia. Ini adalah bagian dari karmanya. Kalau anda ikut campur, bukankah itu tidak sesuai dengan hukum karma sehingga tidak adil?"

"Dendam dibalas dengan dendam, kapan bisa selesai? Lepaskanlah dia, " saya memohon kepada pria berjubah putih itu.

"Tidak bisa. Dengan susah payah saya baru bisa menemukan dia." Begitu geramnya dia berkata.

Mendengar itu, hati saya sungguh menderita. Saya tidak bisa menolong wanita itu dan hanya dapat melihatnya menderita.

Sewaktu melatih ilmu sinar melingkar, roh setan dan iblis juga bisa menampakkan syair syairnya di kain putih. Oleh karena itu, yang melatih diri haruslah berhati hati. Ingatlah untuk menaruh sebuah cermin diatas lembaran kain putih yang tergantung itu sebagai penangkal roh roh jahat. Ditengah tengah cermin, mintalah kepada seorang ahli pelukis untuk menggambar seekor naga hijau yang melingkar. Juga di cermin tersebut, gambarkanlah sebuah kelinci. Dengan adanya cermin tergantung di kain putih, pada umumnya roh roh jahat tidak berani mendekat dan kebenaran dari tulisan di kain putih tersebut dapat diteliti kebenarannya.

Pada waktu melatih mata, pejamkanlah kedua mata. Lalu, biji mata diputar kekiri 5 kali, dan kemudian diputar ke kanan 5 kali, barulah kemudian dibuka perlahan lahan. Setelah itu, lihatlah kain putih itu. Maka akan terlihat bayangan dan warna. Lama kelamaan, bila anda tekun dan tulus, kekuatan roh akan timbul dan akan dapat melihat huruf huruf yang tampak diatas kain putih. Inilah yang disebut ilmu sinar melingkar.

Doa mantranya adalah sebagai berikut, "Dengan ilmu yang diwariskan dari alam jagad raya, turunnya awan panca warna dari tingkat sembilan, cahaya emas yang menyinari alam semesta, dengan hadirnya semua dewata yang turun di altar, dengan berkata yang sebenarnya, dengan huruf para dewata, dengan kesempurnaan sinar tertulis. Saya mendapat perintah dari Yang Kuasa dan para dewata agar sinar berkah segera menampakkan diri."

Latihan seperti ini di Taiwan agak jarang ditemukan. Orang yang berhasil melatih ilmu sinar melingkar akan bisa melihat kehidupan masa lampau dan hal yang akan datang.

24. Kontak Batin Dengan Menggunakan Kepala

Tulisan ini membahas tentang rahasia melakukan kontak batin dengan menggunakan kepala. Sebelum melanjutkan pembahasan, terlebih dahulu saya ingin memberi sebuah contoh. Didalam buku saya yang berjudul "Berbincang bincang tentang ramalan dewata", ada bagian yang menyebutkan tentang sebuah kuil Yi Hwang Ta Ti yang bernama Yi Huang Kung.

Pengurus kuil tersebut adalah seorang biksu yang bernama Se Huiy Ling. Beliau sekarang telah meninggal dunia. Abu beliau ditaruh di sebuah kuil yang bernama Ta Cieh Yuen yang berada di seberang rumah sakit Ceng Cing. Biksu Se Huiy Ling sudah semenjak kecil menjadi biksu. Beliau sangat saleh. Karena menekuni meditasi, beliau telah memiliki sebuah kesanggupan didalam menggunakan kepala. Karena beliau berpendapat kuil Budha sangat kompleks keadaannya, maka beliau mengelola sendiri sebuah kuil Taois dan tidak menghiraukan pembicaraan orang lain.

Pada waktu saya pertama kali mengalami keanehan didalam hidup saya (dikisahkan dalam buku "Berbincang bincang tentang ramalan dewata"), biksu Se Huiy Ling juga hadir. Beliau pernah dengan dupa cendana membersihkan tubuh saya. Karena kami sering berjumpa dan menjadi cukup akrab, beliau kemudian memberitahu saya tentang pengalaman kontak batinnya.

Biksu Se Huiy Ling bercerita, "Pada suatu malam ketika saya baru menjadi biksu selama 3 tahun, saya sedang duduk bermeditasi di ruang meditasi dengan kedua mata saya setengah dirapatkan. Tiba tiba saya merasakan ruangan tampak menjadi sangat terang benderang. Di ruang samadhi, ada sebuah arca Budha kecil yang setiap hari saya berikan persembahan dupa. Pada saat itu, saya melihat asap dupa bergerak naik keatas meskipun tidak ada angin dan membentuk sebuah kepala manusia lengkap dengan mata, telinga, hidung, dan mulut. Melihat hal ini, hati saya merasa takut. Saya

pada waktu itu telah menjadi biksu selama 3 tahun dan setiap malam bermeditasi. Namun, ini adalah untuk pertama kalinya saya melihat suatu pemandangan gaib seperti itu. Kepala manusia dari asap dupa itu berangsur angsur naik makin keatas dan kemudian tiba tiba menggeleng-gelengkan kepala dan menggugukgugukkan kepala."

Biksu Se Huiy Ling melanjutkan lagi, "Pada waktu itu, saya tiba tiba merasakan seujur badan saya, dari kaki hingga kepala, sedikit bergerak. Pada mulanya gerakan itu terasa halus, tetapi lama kelamaan menjadi sangat keras bagaikan sebuah guncangan yang dahsyat sampai sampai tempat tidur dan seisi ruangan bergerak. Setelah 5 menit, barulah semuanya berhenti. Pada saat itu, saya merasakan kepala saya bergoyang dan mengguguk secara otomatis. Sejak saat itu, saya mulai menyadari sebuah rahasia yang sangat sederhana. Kalau saya meminta petunjuk pada Budha, bila petunjuk Budha adalah positif, maka kepala saya akan otomatis mengguguk. Kalau petunjuk Budha adalah negatif, maka kepala saya akan otomatis menggeleng. Ini adalah rahasia berkomunikasi dengan dunia roh dengan menggunakan kepala."

Kisah ini menunjukkan bahwa biksu Se Huiy Ling adalah seorang yang telah terbangunkan rohnya dan dapat berkomunikasi dengan dunia roh. Namun, metode menggunakan kepala untuk melakukan kontak batin hanya baik digunakan untuk menanyakan hal hal yang sederhana dan tidak terlalu rumit.

Meskipun biksu Se Huiy Ling telah meninggal dunia, roh beliau dapat saya undang. Sewaktu hidup, beliau akrab dengan saya. Setelah meninggalpun, roh beliau akrab dengan saya. Pada suatu kali, dengan persembahan dupa, saya mengundang roh beliau untuk berbicara. Beliau berkata, "Hukum karma sulit untuk dimengerti. Latihan dan Meditasi juga merupakan hal yang sulit. Saya menganjurkan manusia untuk jangan suka melakukan hal yang bertentangan dengan hati nurani. Kebenaran alam semesta itu bagaikan jaring yang rapat. Lian Sheng, biarlah saya beritahukan anda. Kalau sekarang saya mengingat masa lampau saya, sungguh saya menyesal. Dunia roh tidak berbeda dengan dunia manusia. Perbedaannya hanya pada tempat bermukim. Sampai sekarang, saya masih tetap terjat." "

Berkomunikasi dengan dunia roh menggunakan kepala dapat dikatakan lebih mudah dibandingkan cara berkomunikasi dengan menggunakan tangan. Penggunaan kepala ini masih digolongkan sebagai cara yang kasar (Yu-Wei), meskipun lebih manjur dibandingkan dengan penggunaan alat alat ramal seperti Pu Kwa. Orang yang memiliki kesanggupan berkomunikasi dengan dunia roh dengan menggunakan kepala sebaiknya tidak mengumbar cerita tentang kesanggupannya tersebut kepada orang lain. Dikawatirkan akan membuat roh di langit yang memberi petunjuk menjadi tidak enak. Kalau roh di langit tidak lagi memberi petunjuk, akan timbul kesulitan sehingga mengguguk atau menggeleng semuanya tidak tepat lagi.

Bila seseorang telah terbangunkan rohnya dan dapat melakukan kontak batin menggunakan kepala, janganlah cepat merasa puas karena masih harus banyak melatih diri. Latihlah agar hati menjadi tenang tanpa noda dimana segala sesuatu berjalan tanpa dipaksakan. Tidaklah mudah mencapai keadaan hati tanpa noda batin. Keadaan noda batin itu dapat diungkapkan sebagai berikut, "Semua berjalan secara alamiah. Alamiah menimbulkan sukacita. Batin tidak terikat. Semua dilihat sebagai Yidam." Ungkapan ini adalah tingkat Tantra dan Zen yang paling tinggi. Bila tak bernoda setitikpun, semuanya menjadi terang. Bila ada noda noda debu, gerakan kepala juga tidak terlalu tepat. Bila tekun berlatih meditasi, maka akan bisa membuka rahasia kepala, akan dapat membuka semua pintu pintu batin, akan dapat menggunakan chi (prana) dari roh, akan dapat membuka bagian bagian prana melalui nadi terus berjalan sampai menuju titik puncak lewat tulang punggung. Dengan latihan "menghilangkan noda batin", akan dapat mencapai tingkat puncak gunung Kun Lun dan tingkat Wu-Ci (tak terbatas), akan dapat mengetahui rahasia langit dan bumi dan rahasia kehidupan, dan akan dapat mengetahui usia seseorang. Kebenaran yang tak terbatas diantara langit dan bumi itu tersembunyi. Tabir rahasia ini hanya bisa dibuka oleh orang orang yang tekun melatih kekuatan rohnya.

25. Bulan Di Dalam Air Bagaikan Bayangan Di Dalam Kaca

Pada bab sebelumnya saya telah membahas tentang kekuatan Mara serta hal kerasukan sebagai peringatan bagi sadhaka supaya jangan tersesat. Seandainya sampai masuk ke dalam perangkap, bergegaslah meminta tolong kepada seorang guru. Cara menghindari gangguan adalah dengan latihan yang bersifat U-Wei (tidak melekat).

Mara timbul di dalam hati kita. Mara dan Budha timbul karena ilusi kita. Jadi, berhati hatilah. Mara dan Budha sulit dibedakan.

Saya mengenal seorang sadhaka yang sebetulnya memiliki kebijaksanaan tinggi. Tetapi pada waktu dia melatih diri pada tingkat Arupadhātu, dia merasakan "kekosongan" dunia ini. Ia bagaikan di dalam mimpi. Semua perasaan hanya timbul sekilas. Badan jasmani serasa tidak ada dan melayang. Ini semua adalah ilusi. Ketika dia melihat dirinya, ia merasa dirinya juga kosong sehingga tidak ada tempat berpijak. Sewaktu pergi kemanapun, pikiran terasa hampa bagaikan awan yang melayang di udara. Ia tidak betah lagi hidup di dunia. Dia mulai meragukan kegunaan latihan. Apa yang dialaminya adalah keadaan kekosongan dari Arupadhātu. Dia tidak bisa keluar dari lingkaran ini. Setiap hari bagaikan dalam mimpi. Siang dan malam tidak dapat dibedakan. Semuanya bagaikan khayalan. Akhirnya karena tidak bisa mengendalikan diri lagi, ia masuk kedalam perangkap Mara.

Karena tidak mengenal kekosongan yang sebenarnya dan keberadaan yang relatif tentang keadaan yang sebenarnya, maka ia terperosok ke alam sesat. Seandainya saja ia bisa melihat inti sebenarnya, maka ia akan mencapai tingkat arahat. Ada kata kata

yang disampaikan dari langit yang berbunyi, "Keberadaan yang relatif sedikitpun tidak ada. Kekosongan yang sebenarnya adalah bagian dari sebab akibat." Hendaknya para siswa merenungi kata kata ini. Bila telah mengerti maknanya, maka berarti sudah tidak jauh dari tingkat arahat. Begitu kesadaran roh bergerak, berhati hatilah. Jangan terjatuh ke alam sesat.

Sadhaka sering mengalami timbulnya ilusi dan halusinasi. Hal ini tidak perlu ditakuti. Ada orang yang bisa melihat setan bertubuh besar. Kepalanya bertanduk. Matanya melotot. Mukanya seram. Begitu ia masuk ke dalam meditasi, maka mata setan yang merah tersebut akan menatap dia. Ada yang melihat seorang pria dan wanita, keduanya memakai baju kostum kuno dengan wajah hijau dan sinar mata yang menyeramkan. Mereka menunjukkan jari tangannya dan mencolek sadhaka sehingga membuat sadhaka keluar dari samadhi dengan rasa takut.

Saya ingin menasihati orang orang yang mengalami hal hal demikian. Hendaknya mereka sering melatih diri dalam pertobatan. Karena mereka masih membawa tumpukan karma buruk yang besar dari kehidupan masa lampau, maka latihan mereka mendapat banyak rintangan. Karena karma buruk masa lampau masih belum terlunasi, maka banyak roh yang datang menagih hutang kepadanya.

Adakalanya ketika seseorang bermeditasi, ia bisa melihat wajah seorang wanita cantik yang bagaikan dewi turun dari kahyangan dengan membawa beberapa persembahan. Wanita cantik itu akan menarik baju sadhaka, merayu, dan menggoda. Bila sadhaka tidak bisa mengendalikan dirinya, maka kemudian terlihat sebuah gerobak. Sadhaka naik ke atas gerobak tersebut menuju hutan, memasuki sebuah rumah yang mewah di dalam hutan yang juga melambangkan memasuki keadaan yang sesat. Karena itu, bila sadhaka melihat wujud wujud yang indah, hendaknya berusaha menyingkirkannya. Kalau masih tidak dapat tersingkir, visualisasikan wujud wujud itu sebagai tumpukan tulang belulang manusia. Kalau hati anda tidak bergerak, maka anda tidak akan terpengaruh. Baik setan maupun wanita cantik, semuanya hanya merupakan penghalang. Anda anggap saja semuanya itu tidak terlihat. Jangan terlena dan terganggu. Tetapi bila hati bergerak, maka anda akan masuk ke dalam perangkap Mara sehingga berbicara tidak karuan, mempunyai pikiran yang ngawur, dan tidak bisa mengendalikan diri. Orang yang baru bisa membangunkan rohnya harus berhati hati terhadap adanya godaan Mara, terutama bagi mereka yang masih muda. Anda harus mempunyai ketekunan dan kesabaran. Jangan melatih diri hanya karena sekedar ingin tahu saja. Bila hanya karena rasa ingin tahu lalu melatih diri, latihan akan berlangsung sementara saja. Bila roh sudah terbangunkan tapi tidak memiliki ketekunan, dikawatirkan sementara saja. Bila roh sudah terbangunkan tapi tidak memiliki ketekunan, dikawatirkan anda dapat kerasukan.

Saya mengenal seorang sadhaka. Setelah rohnya menjadi aktif, ia tidak meneruskan latihan dan juga tidak bisa mengendalikan diri. Akhirnya ada sesosok roh wanita yang menyenangnya dan masuk kedalam badan nya. Wanita tersebut mengatakan bahwa

dia adalah dewi dari kembang HayHua yang berjodoh dengan sadhaka tersebut. Roh wanita ini membawanya pergi ke berbagai tempat. Pikiran pria itu menjadi tidak menentu. Orang lain tidak bisa melihat roh wanita tersebut, tapi dia bisa. Dari luar, ia terlihat tidak waras. Ia sering bergumam sendiri. Ia mengatakan bahwa ia telah berhasil mencapai Tao. Dia tidak sadar bahwa dia telah dirasuk oleh roh jahat.

Perlu diketahui bahwa ada roh-roh yang suka mencuri prana (chi) manusia dengan menyebut dirinya sebagai dewata yang turun ke bumi. Padahal roh-roh itu adalah roh-roh jahat belaka. Roh-roh jahat tersebut dapat memikat hati manusia. Mereka bisa masuk ke kuil-kuil untuk menulis syair. Mereka dapat menempel pada tubuh para medium dan berbicara ngawur. Bila orang tidak memiliki ketulusan hati, maka akan mudah terasuk oleh roh-roh jahat. Oleh karena itu saya berpesan supaya sadhaka melatih diri dengan tulus dan jujur sehingga para dewata memberikan bimbingan.

Bila anda mendapat nasihat dari roh, renungkanlah apakah nasihat itu sesuai dengan kebenaran atau hanya ngawur saja. Bila tidak sesuai dengan kebenaran, maka dikawatirkan itu adalah roh jahat. Berhati-hatilah. Didalam sebuah sutra Budhis, ada tercantum bagian yang sangat penting sekali dimana antara Mara dan Budha dapat dibedakan disini.

"Orang yang bodoh dalam kehidupannya mengimitasikan perbuatan orang yang bijaksana, tetapi sebetulnya mereka tidak mengetahui kebenaran. Bagaikan makan, ia mengunyah makanan, tapi tidak tahu rasa makanannya. Orang yang bijaksana melakukan perbuatan yang bijaksana dan arif serta mengerti kebenaran. Bagaikan makan. Begitu lidahnya menyentuh makanan, maka ia akan mengetahui rasa makanan itu. Orang yang bijaksana, dengan sebaris kalimat, bisa menjelaskan berbagai macam makna. Tetapi orang yang bodoh meskipun mengucapkan ribuan kalimat, tidak ada satupun yang dapat dimengerti. Orang bodoh yang mengetahui kebodohnya akan memperoleh kesalehan. Tetapi orang bodoh yang menyebut dirinya memiliki kebijaksanaan sesungguhnya adalah orang bodoh yang sebenarnya."

26. Gangguan Dalam Meditasi

Teknik meditasi dari Ling Xian Cung hanyalah satu dari banyak metode meditasi. Di dalam menjalankan bhavana, wajar saja bila terdapat gangguan. Tulisan ini membahas hal-hal hambatan yang mengganggu sadhaka sewaktu bermeditasi sehingga saya beri judul "Gangguan Dalam Meditasi". Bila tidak bisa mengendalikan kekuatan meditasi, orang akan menjadi melekat, terlena, dan tidak berhati-hati. Karena itu, hendaknya berhati-hatilah.

[Orang] yang terlalu melekat (ekstrim) kepada doa dapat menjadi kerasukan. [Orang] yang terlalu melekat di dalam pembacaan nama Budha dapat kerasukan. Siswa Zen yang terlalu melekat pada meditasi dapat kerasukan. Tantrika yang terlalu melekat pada sesuatu yang esoterik dapat terbelenggu dan kerasukan. Demikian pula dengan

siswa aliran Ling Xian Cung yang telah membangunkan rohnya juga dapat kerasukan bila tidak dapat mengendalikan diri.

Usaha mencapai penerangan sempurna tidak mudah. Yang penting adalah jangan mengharapkan untuk memperoleh suatu hasil yang besar hanya dalam waktu yang relatif singkat. Keberhasilan terletak di akhir usaha untuk menerobos kemelekatan yang merasuk pikiran. Sakyamuni Budha telah berhasil mengalahkan Mara; Yesus Kristus juga berhasil mengalahkan iblis. Begitu pula saya harus bisa mengatasi belunggu belunggu.

Siswa aliran Ling Xian Cung harus bisa menggunakan pedang kebijaksanaan untuk memotong kemelekatan pada meditasi. Ada seseorang, yang setelah belajar duduk bermeditasi dari sebuah buku yang membahas teori meditasi, dirasuk oleh roh jahat. Berikut ini saya lampirkan sebuah surat dari seorang pembaca. Semoga para pembaca semuanya mendapat hikmah pelajaran dari apa yang terjadi kepada pembaca ini. Suratnya adalah sebagai berikut:

Master Lu,

Saya sungguh berbahagia dapat membaca 4 buku roh hasil karya anda dan mengerti penjelasan anda yang begitu welas asih. Terutama sekali karena saya tadinya berada dalam keadaan frustrasi dan kecewa. Saya seperti seorang yang tadinya di dalam kegelapan dan kemudian menemukan sinar harapan. Saya pernah mencari seorang ahli jiwa untuk menghipnotis saya sebanyak tiga kali tanpa ada hasil karena saya tidak bisa memasuki keadaan terhipnotis. Penderitaan saya bukanlah penderitaan yang bisa diselesaikan oleh cara biasa. Saya merasa penderitaan saya ini baru bisa tersingkirkan dengan bersandarkan pada Dharma Budha yang tak terbatas serta pertolongan pertolongan anda yang memiliki kekuatan batin tinggi.

Penderitaan saya bersifat kejiwaan. Menurut dokter syaraf, saya menderita gangguan jiwa yang cukup parah. Ini berawal dari latihan meditasi yang saya pelajari dari sebuah buku. Tanpa adanya bimbingan guru, saya belajar sendiri secara membabi buta. Pada suatu kali, karena tidak berhati hati, aliran chi saya menyimpang. Sejak saat itu, semakin saya melatih meditasi, semangat saya malah semakin menurun. Tetapi, karena saya berpikir latihan ini bermanfaat bagi jasmani dan rohani, meskipun perasaan saya tidak enak, saya tetap tidak mau berhenti latihan sehingga akhirnya saya berada didalam keadaan yang lebih parah. Kegelisahan saya itu menimbulkan gangguan jiwa. Pikiran saya selalu memikirkan suatu hal. Saya tidak bisa berhenti memikirkan memikirkan hal tersebut sehingga menimbulkan penderitaan jiwa. Saya terutama sekali merasa sangat menderita karena selalu memikirkan dan tidak bisa berhenti memikirkan keluar masuknya pernafasan. Sepanjang hari saya tidak merasa tenang, baik sedang duduk maupun berdiri. Hati merasa gelisah seperti akan mengalami "total mental breakdown". Saya mempunyai pikiran tidak senang kepada dunia ini. Setelah beberapa lama, memang gejala ini agak mereda. Tetapi, begitu saya

memperhatikan pernafasan saya lagi, maka kembali saya merasa gelisah dan menderita. Dalam keadaan seperti itu, saya kembali saya merasa gelisah dan menderita. Dalam keadaan seperti itu, saya telah pergi ke beberapa ahli hipnotis untuk meminta dihipnotis sehingga dapat melupakan penderitaan saya ini. Itulah kisah pengalaman saya. Semoga anda bisa menolong saya. Apakah saya bisa disembuhkan?

Demikianlah isi surat dari si penulis yang bermarga Hwang dari desa Su Lim Cen. Buku teori meditasi yang dimaksud oleh penulis surat ini pernah saya baca. Dikatakan dalam buku tersebut bahwa meditasi dapat menimbulkan kebijaksanaan dan kesehatan jasmani. Ini tidak salah. Kalau begitu dimanakah masalah sebenarnya berada? Kesalahan terletak pada orang yang melatih meditasi tanpa pengetahuan yang cukup. Mereka hanya berpikir bahwa dengan meditasi maka akan menjadi Budha. Tetapi, mereka tidak menyadari bahwa gangguan yang datang dari Mara juga sangat besar. Bagi mereka yang roh dan spiritnya tidak tenang serta kekuatan meditasinya belum matang, lebih baik jangan mencobanya. Bila melekat pada kekuatan meditasi yang bersifat super, bisa membuat seseorang menderita seumur hidup bagaikan keraskukan.

Gejala penyakit seperti yang diderita oleh penulis surat diatas bukan hanya diderita oleh orang yang salah jalan dalam berlatih meditasi tetapi juga diderita oleh orang pada umumnya yang sangat melekat dan tergila gila kepada suatu hal seperti teman wanita atau uang. Begitu melekat atau tergila gilanya sehingga sewaktu apa yang diharapkan tidak diperoleh, maka bisa menimbulkan gangguan jiwa.

Cara penyembuhannya biasanya menggunakan apa yang dinamakan metode "mengalihkan". Didalam metode ini, objek pemikiran si pasien dialihkan kepada sesuatu yang menarik. Biasanya si pasien untuk sementara dianjurkan pergi ke gunung atau tempat yang sepi untuk menghindari dari keramaian dan pekerjaan sehari harinya sehingga konsentrasinya dapat dialihkan. Biasanya, begitu dialihkan, penderitaan si pasien bisa berangsur angsur berkurang. Dengan naik gunung atau pergi keluar kota atau bersosialisasi, ini semuanya bermanfaat bagi jasmani dan rohani dan membuat pikiran tidak melekat. Bila tidak melekat, barulah bisa melihat segala sesuatu apa adanya. Orang orang yang dirasuk oleh roh jahat (termasuk orang orang yang sangat melekat pada benda materi dan nafsu birahi) itu bagaikan orang yang berjalan dengan dicocok hidungnya. Ini semua diakibatkan kemelekatan. Ada yang serakah dengan hal materi; ada yang takut mati. Karena melekat, mereka hanya berputar putar dalam samsara dan tidak bisa bebas dari kelahiran dan kematian. Bila tidak lhoba, tidak dosa, dan tidak moha, maka akan memperoleh ketenangan seperti seorang Bodhisatta.

27. Suara Hati Seorang Katolik

Tuan Lu yang terhormat,

Saya telah membaca buku karya anda tentang "Roh". Malam ini saya sedang membaca dan merenungi sebuah topik yang anda bahas. Saya melihat waktu sudah menunjukkan pukul 11 malam. Kedua anak saya sudah tidur. Entah kenapa saya merasa ingin beranjak dari tempat tidur untuk menulis surat kepada anda. Mungkin ini jodoh. Saya bersyukur bahwa saya hidup di alam yang bebas dan bisa tinggal di suatu daerah yang sama dengan anda di Taiwan. Untuk mengutarakan rasa gembira saya itu, saya menulis surat ini. Mohon dimaafkan kalau isi surat saya ini terlalu sederhana.

Saya adalah seorang bodoh dan sederhana. Namun, keinginan saya untuk mencari kebenaran tidak pernah padam. Setiap hari saya ingin mencari kebenaran dengan harapan semoga saya dapat menemukan seorang guru yang sejati. Keinginan saya itu terkabul setelah saya membaca buku karya anda dan mengerti maknanya. Ini sungguh merupakan suatu berkah dari kehidupan masa lampau saya. Saya sulit mengutarakan rasa kegembiraan saya ini dalam tulisan. Pengetahuan saya sangatlah terbatas untuk memuji dan mengagungkan anda.

Sewaktu berusia 17 tahun, bersama adik laki laki saya, saya menelusuri jalan yang gelap di malam hari untuk pergi menghadiri upacara kebaktian (misa) Katolik. Setelah beberapa lama, saya dibaptis secara Katolik. Saya dan adik saya mendapat perhatian yang baik dari pastur kami, seorang Amerika yang menggunakan marga Luo sebagai nama Mandarin nya. Kemudian, saya dipilih dipilih sebagai ketua lingkungan umat Katolik setempat sehingga saya harus sering hadir dalam rapat. Didalam rapat pertemuan, saya merupakan anggota termuda. Setelah beberapa lama, akhirnya saya mulai menyiapkan diri untuk menjadi seorang biarawati karena didalam hati --saya ingin dengan sepenuh hati mengabdikan kepada Allah Bapa. Pastur saya juga mendukung. Saya telah mengunjungi sebuah biara untuk biarawati di Chang Hoa. Tapi karena berbagai rintangan, saya membatalkan rencana saya menjadi biarawati. Kalau saya pikir sekarang, sungguh saya menyesal telah membatalkan rencana saya itu. Mengapa pada waktu itu saya tidak menguatkan tekad menjadi biarawati? Mungkin saya belum mendapat panggilan.

Ibu saya adalah seorang Budhis. Seperti juga anda, ibu memberi saya kebebasan memilih agama. Ibu bukanlah seorang wanita biasa. Teladan yang diberikan ibu lewat tingkah lakunya tidak dapat dilakukan oleh banyak orang biasa. Ujar ujar emas ibu yang mengajarkan hidup yang harmonis dengan suami dan mendidik anak sungguh merupakan teladan yang sempurna.

Berkat didikan ibu yang baik, keinginan hati saya yang ingin mencari kebenaran tidak pernah padam. Sewaktu saya membaca buku karya anda, semua ganjalan hati saya berangsur angsur terbuka dan saya mulai menyadari makna dari perbedaan perbedaan agama yang pada dasarnya bersumber dari sumber hati yang sama.

Perihal melatih diri/batin dan berbuat kebajikan kelihatannya mudah tetapi saya harus

berusaha belajar dengan lebih giat dan dengan kesabaran yang besar. Itulah harapan saya. Semoga dewa dewa di langit dan Yesus Kristus bisa membantu saya untuk memperoleh keberhasilan dengan tenang.

Saya sering memperkenalkan buku buku anda kepada orang lain agar orang tergerak untuk membina diri dan berbuat kebajikan. Misalnya, sewaktu hari ini saya membawa anak saya mengunjungi seorang tabib. Tabib itu bercerita saya membawa anak saya mengunjungi seorang tabib. Tabib itu bercerita bahwa usaha pengobatannya begitu majunya sampai sampai teman seprofesinya menjadi iri hati dan menuduhnya sebagai dukun. Cerita tabib itu mengingatkan saya akan cerita anda tentang orang yang mencelakakan anda dengan hu. Orang yang pernah mencelakakan anda serta tabib tabib yang iri hati adalah manusia manusia yang sirik. Iri hati adalah Mara/Iblis yang paling besar. Tapi kita harus memaafkan mereka karena mereka berada dibawah kuasa iblis. Saya percaya bahwa pada dasarnya mereka memiliki kesalehan. Hati manusia sungguh menakutkan dan sukar diterka. Orang jahat berada dimana mana. Orang baik malah dicelakakan. Tetapi emas yang murni tidak takut termakan api. Asalkan benar, tidak perlu takut. Saya berdoa semoga di masa mendatang --dunia kita ini akan dipenuhi dengan semangat anda untuk menyebarkan kebenaran sampai keseluruhan pelosok dunia.

Tulisan saya ini panjang sekali. Meskipun saya belum pernah bertemu dengan anda, menulis surat ini buat saya seperti bercakap cakap dengan anda. Saya adalah seorang yang berterus terang dan menulis perasaan saya apa adanya. Ini adalah suara hati seorang Katolik yang telah membaca buku buku tentang "roh" karya anda.

Oh ya. Saya mengetahui dari tulisan anda bahwa ada seseorang yang bernama Ma Suiy Cin yang mengenal anda. Dia adalah orang dari kampung yang sama dengan saya. Semoga anda dapat membimbingnya.

Terima kasih.

Tertanda: Lan.

Jawaban saya:

Surat ini ditulis oleh seorang Katolik. Kata katanya sederhana, tapi ketulusannya sangat mengharukan dan tidak membeda-bedakan terutama apa yang ditulisnya tentang kesabaran. Seperti yang diutarakan dalam Paramita, kesabaran adalah suatu hal yang sungguh sulit untuk dikembangkan. Saya pernah marah. Tapi setelah itu saya menyesal. Saya juga merasakan adakalanya saya tidak bisa mengendalikan diri. Dunia begitu besar, sedangkan saya bagaikan sebiji sesawi. Tentu saja saya kadang kadang terganggu. Itu sebabnya saya juga berusaha untuk mengerti dan memperoleh kedamaian.

28. Pembaca Yang Memberi Semangat; Penderitaan Saya

Tuan Lu yang terhormat,

Saya telah membaca buku karya anda dan merasa sangat kagum dan yakin akan penjelasan anda tentang kekuatan supranormal dan dunia roh.

Saya memang sudah senang mempelajari filsafat sejak saya duduk di bangku kuliah. Pada periode kuliah tahun kedua, secara kebetulan, saya mendapat kesempatan mengenal dan menjadi tertarik dengan Budhisme, terutama Zen. Namun, saya dapatkan bahwa tidak mudah bagi orang awam seperti saya untuk dapat melaksanakan Dharma dalam kehidupan sehari-hari.

Ketika saya mengetahui bahwa ada orang-orang yang mengatakan bahwa anda berbohong didalam buku anda, saya tidak bisa berdiam diri begitu saja. Saya menulis surat ini kepada anda untuk memberi semangat kepada anda. Ketahuilah bahwa banyak orang yang mendukung anda meskipun moral manusia memang kian merosot pada jaman sekarang ini. Semoga anda dapat lebih sukses lagi.

Salam dari Hwang Po Cheng.

Jawaban saya:

Surat seorang pembaca buku saya ini yang bertujuan memberi semangat kepada saya membuat saya terharu.

Saya menerima ratusan pucuk surat setiap hari. Sampai sekarang, surat-surat itu telah berjumlah 12 peti besar dimana di dalam sebagian amplop surat-surat itu, ada yang menyertakan perangko dan mengharapkan balasan surat saya. Saya sebenarnya merasa tidak enak bila tidak membalas surat-surat itu. Saya ingin membalas semua surat-surat yang telah saya terima, tetapi hal itu adalah diluar kesanggupan saya. Setiap hari saya berusaha membalas 10 pucuk surat. Jadi, entah berapa tahun lagi baru saya dapat membalas semua surat-surat itu. Saya berharap para penulis surat itu dapat memaklumi dan memaafkan keadaan saya ini.

Saya ingin menegaskan kepada para pembaca semuanya bahwa saya sudah berhenti melakukan ramalan/hitungan untuk orang lain. Janganlah anda mencari saya. Janganlah repot mengeluarkan banyak biaya dan tenaga untuk datang ketempat saya.

Sewaktu saya menulis buku saya itu, saya sama sekali tidak menyangka akan ada reaksi yang begitu besar. Bukan saja surat-surat berdatangan dari mancanegara, tetapi juga orang-orang, dari berbagai latar belakang, berbondong-bondong datang. Ada yang dari kalangan atas; ada yang dari kalangan rakyat jelata; ada yang sungguh-sungguh mencari kebenaran; ada yang datang khusus untuk menguji saya; ada yang datang karena menderita penyakit; ada yang datang dengan setengah percaya, dan lain-lain.

Pada mulanya saya sampai tidak sempat tidur melayani semua orang yang datang. Tetapi, karena orang yang datang begitu banyak, kondisi fisik saya tidak mendukung lagi. Bahkan, sampai sampai saya tidak mempunyai waktu untuk berlatih, bermeditasi, membaca buku, maupun menulis buku. Setelah beberapa lama, mulai terlihat tanda tanda bahwa kekuatan didalam diri saya berkurang sehingga ketenangan saya terganggu. Saya mohon maaf yang sebesar-besarnya kepada para pembaca dan mereka yang mencari saya. Saya perlu beristirahat.

Karena keadaan yang saya uraikan diatas, maka saya menulis kata kata "Telah berhenti menghitung dan meramal. Terima kasih atas kedatangan anda." diatas kertas merah dan menempelkannya diatas pintu masuk rumah saya. Ternyata, tak lama kemudian, kertas tersebut sudah disobek oleh pengunjung rumah saya. Ketika saya tempelkan untuk kedua kalinya, ternyata disobek lagi. Dan kejadian ini berulang terus. Ada pula yang merusak pintu bel rumah. Ada yang memanjat tembok rumah untuk bersikeras duduk dipekarangan rumah. Ada yang dengan emosi menendang pintu rumah saya. Ada yang menggunakan pisau mengorek tulisan tulisan di pintu rumah saya. Di tengah malam menjelang subuh, ada yang terus mengetuk pintu dengan kerasnya membuat saya tak dapat tidur. Para tetangga saya yang sebenarnya sangatlah baik hati juga merasa sangat terganggu atas keberisikan yang terjadi. Karena semua ini, saya sampai tidak bisa makan dan tidur, apalagi duduk bermeditasi dan melatih diri. Sungguh sulit melalui hari hari seperti ini.

Saya memaklumi kekecewaan banyak pengunjung yang telah datang dari tempat jauh. Saya tidak menyalahkan mereka. Saya malah menyalahkan diri sendiri karena didalam 3 buku saya yang pertama itu --saya tidak pernah berpesan bahwa saya tidak menerima kunjungan tamu. Keadaan ini adalah akibat kesalahan diri saya sendiri.

29. Kata Akhir Dari Buku "Mengaktifkan Roh"

Sampai sekarang saya telah menulis 5 buku tentang "Roh" yang mencakup berbagai topik, dari yang paling sederhana sampai yang sangat mendalam.

Didalam ke 5 buku itu, saya berusaha menggunakan bahasa yang mudah dimengerti orang awam untuk menjelaskan tentang dunia roh dan hal hal yang sulit dimengerti sehingga para pembaca dapat mudah memahami dan menjadi tertarik. Isi ke 5 buku tentang "Roh" yang saya tulis itu semuanya adalah berdasarkan kisah kisah nyata, berdasarkan Budha Dharma, dan berdasarkan dukungan dan bimbingan para Budha, Bodhisattva, Arya di langit. Juga banyak orang bijaksana dan para biksu yang datang memberi petunjuk sehingga membuat saya menjadi sangat terharu. Pada waktu saya menulis, saya dapat mendengar alunan suara merdu dari langit yang sangat jelas dan agung. Para Dewa dan Budha berkata, "Ini tidak pernah terjadi sebelumnya. Lian Shen adalah Lian Shen. Bunga teratai akan memberikan inspirasi." Bila saya telah berhasil didalam bhavana dan membuka jalan bagi berdirinya Ling Xian Cung, harapan saya adalah semoga saya bisa membagi pengalaman saya ini dengan semua

orang sehingga semua orang juga bisa melatih diri untuk memperoleh kebijaksanaan dan keberhasilan. Dimulai dengan membuktikan tentang adanya dunia roh sehingga meyakinkan orang bahwa dunia roh bukanlah takhyul, dilanjutkan dengan memberikan pandangan yang benar dan adil tentang hukum karma, dilanjutkan lagi dengan menumbuhkan kepercayaan pada diri sendiri sehingga dapat menyelamatkan diri sendiri dan juga kemudian menyelamatkan orang lain, mengembangkan keluhuran budi, dan melakukan introspeksi untuk tidak menyia-nyiakkan kehidupan ini. Tertulisnya buku ini berarti terlaksananya sebuah cita-cita saya dan selesainya sebuah tahap didalam tulisan saya.

Kalau ada orang yang setelah membaca ke 5 buku tersebut tetap tidak percaya tentang isinya, itu adalah hal yang diluar kemampuan saya. Saya berpendapat bahwa perihal orang menjadi percaya atau tidak percaya tentang isi buku saya adalah urusan jodoh. Didalam Avatamsaka Sutra dikatakan sebagai berikut, "Demikianlah khotbah sang Tathagata menyempurnakan semua alam Dharma dan memancarkan sinar kebijaksanaan yang tak terhingga. Memancarkan sinar pada Bodhisattva, Pratyeka, Sravaka, serta semua insan.

Sinar kebijaksanaan Budha menyinari semua insan dengan nilai yang sama tanpa perbedaan dan tanpa rintangan." Tetapi, karena kebijaksanaan para insan berbeda, maka ada yang memperoleh hasil lebih dahulu dan ada yang lebih akhir. Itu sebabnya apakah seseorang menjadi percaya atau tetap tidak percaya, itu tergantung kepada tinggi rendahnya kebijaksanaan dirinya. Ada yang segera merasa tertarik dan memperhatikannya. Ada yang malah mentertawakannya. Hal ini juga seperti matahari yang tergantung di langit dan orang buta dimana orang buta itu tidak bisa melihat matahari dan mengatakan bahwa sinar matahari itu tidak ada.

Guru San San Chiu Hou adalah seorang mahadewa tingkat tinggi. Saya mengucapkan banyak terima kasih kepada beliau dengan setulus tulusnya. Berkat bimbingan beliau yang mengajarkan banyak ilmu dan bermacam-macam keadaan roh kepada saya, saya, yang sebenarnya adalah orang awam, menjadi banyak mengetahui dan dapat menulis buku ini. Beliau pernah menulis sebuah syair sebagai berikut, "Di langit dan di dalam kehidupan manusia, awan dan air berjalan. Para dewa dari seluruh penjuru datang menyambut dan bersukacita diatas awan ketika manusia menuju alam dewa untuk memuja kebenaran. Di gunung, para pertapa berkeluh. Di bumi, sepertinya tiada orang yang pandai. Mengembangkan kembali ajaran Dharma kepada semula." Isi buku ini banyak membahas hal-hal rahasia dan semuanya mempunyai keunikan tersendiri. Mereka yang melatih diri bebas memilih topik yang diinginkannya. Bacalah dengan hati-hati. Jangan terlalu cepat. Setiap baris kata hendaknya diperhatikan.

30. Daya diri sendiri dan Daya dari Luar

(diterjemahkan dari sebuah bab di buku "Komunikasi Saya Dengan Dunia Roh" karya ke 19 dari Maha Acarya Lu Sheng Yen yang diterbitkan pertama kali di Agustus

1975)

Berdasarkan pengalaman saya, ada 2 macam daya/kekuatan/tenaga: daya diri sendiri dan daya dari luar. Bila kedua daya itu dapat dipadukan dan digunakan, maka kekuatannya sungguhlah luar biasa. Sebaliknya, bila perpaduannya disalah gunakan, maka akan menimbulkan banyak masalah yang biasa disebut sebagai "sesat" oleh orang awam. Kedua daya itu dapat saling bertentangan atau saling mengisi.

Daya diri sendiri terbagi lagi menjadi dua: Daya pikiran dan daya roh. Umumnya orang awam tidak mempunyai pengetahuan dan pengalaman untuk menggunakan kedua daya dalam diri mereka itu sepenuhnya.

Aliran aliran Budhisme dapat dibedakan berdasarkan pandangan masing masing aliran itu tentang penggunaan daya/kekuatan diri sendiri dan daya/kekuatan yang datang dari luar diri sendiri.

Aliran Zen menaruh penekanan pada kekuatan diri sendiri untuk mencapai keBudhaan. Metode Zen itu sangat sulit bagi sebagian besar manusia karena sama sekali tidak mengandalkan bantuan dari luar. Mungkin saja terkesan mudah, tapi pelaksanaannya sebenarnya sulit sekali. Siswa Zen menghadapi berbagai ujian berat yang silih berganti bagaikan menghadapi keadaan keadaan yang timbul tenggelam, bagaikan menghadapi hujan lebat dan terik matahari yang silih berganti. Bila salah langkah dalam menghadapi keadaan yang silih berganti itu, maka akan masuk ke dalam perangkap Mara. Inilah pengalaman saya tentang metode Zen.

Aliran Sukhawati menaruh penekanan pada kekuatan dari luar untuk membantu kita. Guru saya, Maha Biksu Yin Kuang, menganjurkan agar kita dengan tekun menyebut nama Budha supaya dapat terlahir di surga Sukhawati. Beliau berkata, "Orang yang menyebut nama Budha dengan keyakinan yang bulat serta berbuat kebajikan bagaikan orang yang berjalan dengan lancar ditengah hari di jalan yang lapang dan tidak terganggu oleh makhluk makhluk halus maupun pikiran yang negatif. Dengan tekun menyebut nama Budha sambil menyadari bahwa hati itu sendiri adalah Budha. Hati dan Budha adalah sama." Aliran Sukhawati juga menggunakan kekuatan diri sendiri. Tetapi, siswa aliran Sukhawati juga memohon bimbingan dan berkah dari kekuatan yang datang dari luar (kekuatan para Budha). Kekuatan diri sendiri yang dipadukan dengan kekuatan dari luar akan menghasilkan sukses besar. Karena itu, banyak sadhaka sangat menjunjung tinggi metode Sukhawati (menyebut nama Budha dengan hati bulat) sebagai cara yang sangat baik untuk menuju keBudhaan. Di alam semesta ini terdapat bermacam macam kekuatan luar biasa dengan getaran mereka masing masing. Bila seseorang dapat menggunakan kekuatan dirinya untuk menerobos keluar dari badan jasmaninya untuk menyatu dengan kekuatan di roleh kekuatan batin yang luar biasa besarnya. alam semesta, maka akan

Banyak orang telah datang ketempat saya meminta tolong kepada saya untuk

membangunkan kekuatan roh mereka. Saya katakan kepada mereka untuk menggunakan daya dari luar untuk membantu pembangkitan daya roh diri sendiri. Misalnya, siswa Taoisme dapat menyebut nama Yao Che Cing Mu. Siswa Budhis dapat menyebut nama Amitabha Budha. Umat Nasrani dapat menyebut nama Yesus Kristus. Umat Islam dapat menyebut nama Nabi Muhammad. Duduklah dengan tenang dan berkonsentrasilah menyebut nama kekuatan dari luar tersebut selama 49 menit. Bila dapat menerima getaran daya dari luar tersebut, maka akan dapat membangkitkan daya roh diri sendiri.

Ada seseorang yang sedang belajar membangkitkan daya dirinya sendiri mencari saya dan berkata, "Mengapa tidak ada reaksi?"

"Sewaktu anda lakukan, anda ada dimana?"

"Saya lakukan diatas tempat tidur."

"Diatas tempat tidur tidaklah baik. Anda harus lakukan ditempat yang bersih."

Beberapa hari kemudian dia datang lagi mencari saya dan berkata, "Masih tidak ada reaksi."

"Anda memakai pakaian apa?"

"Saya hanya memakai celana dalam."

"Hanya memakai celana dalam tidak boleh. Sebaiknya memakai pakaian yang lebih sopan."

Saya juga menganjurkannya untuk memasang altar Kwan Im dan ia laksanakan juga. Setiap pagi dan malam ia menyebut nama Budha. Dengan mulut ia menyebut nama Budha. Dengan telinga ia mendengar nama Budha yang ia ucapkan. Dengan batin ia menghayati nama Budha. Itu semua ia laksanakan. Karena dia begitu taat menyebut nama Budha, akhirnya ia berhasil membangunkan rohnya. Dia bertanya kepada saya, "Mengapa menyebut nama Budha harus ditempat yang bersih dan harus dengan berpakaian bersih dan mandi yang bersih --barulah dapat menerima getarannya?" Saya katakan, "Menyebut nama Budha itu seperti berhadapan dengan Budha."

31. Dari Terbangunnya Roh Menuju Penekunan Meditasi

(diterjemahkan dari sebuah bab di buku "Seni Meditasi" karya Maha Acarya Lu Sheng Yen yang diterbitkan pada tahun 1983)

Banyak orang bertanya kepada saya: "Apakah yang sebenarnya dimaksud dengan Membangunkan roh?" dan "Apakah hubungan antara Membangunkan roh dan duduk bermeditasi?" Berikut ini adalah penjelasan saya mengenai kedua hal tersebut.

Awal dari perubahan hidup saya secara drastis dari seorang penganut Nasrani menjadi seorang yang menekuni ajaran Budhisme bermula dari perihal "roh yang terbangunkan". Sebenarnya saya tidak pernah secara formal melatih diri di dalam "membangunkan roh". Roh saya terbangunkan dengan sendirinya sewaktu saya untuk pertama kalinya bernamaskara di kuil Yi Hwang Ta Ti. (Kisah lengkapnya tertulis di dalam buku roh pertama dari Maha Acarya Lu Sheng Yen berjudul "Berbincang Bincang Tentang Ramalan Dewata" atau "Padmakumara (1)") Dalam sekejap, terjadi kontak batin antara saya dengan dunia roh yang membuat saya mengerti tentang apa yang dimaksud dengan "roh yang terbangunkan".

Perihal "membangunkan roh" dikenal oleh para pengikut Taoisme sebagai sebuah metode pelatihan tubuh jasmani yang diajarkan oleh Maha Dewi Yao Che Cing Mu. Yang Mulia Yao Che Cing Mu adalah satu dari 5 Maha Dewa utama di dalam Taoisme. Ke 5 Maha Dewa utama tersebut adalah: Yang Mulia Dung Hua-di di sebelah Timur (unsur kayu), Yang Mulia Yao Che Cing Mu di sebelah Barat (unsur logam), Yang Mulia Maha Dewata Api di sebelah Selatan, Yang Mulia Maha Dewata Air di sebelah Utara, dan Yang Mulia Huang Lao di bagian tengah (sentral). Yang Mulia Yao Che Cing Mu berguru kepada Yang Mulia Dung Hua-di yang berguru kepada pendeta Xuan Xuan.

Pada mulanya Yang Mulia Yao Che Cing Mu mengajarkan metode pelatihan jasmani itu di daerah Hua Lian; itulah sejarah dari metode "membangunkan roh". Begitu saya belajar dan mengerti tentang perihal metode "membangunkan roh" ini, saya memohon instruksi dari Yang Mulia Yao Che Cing Mu dan memohon ijin dari beliau untuk membabarkan metode ini kepada orang-orang yang melatih diri sehingga mereka dapat segera mengalami kontak batin awal dengan dunia roh sewaktu roh mereka dibangunkan. Bukti nyata yang mereka terima itu akan mengantarkan mereka ke pintu gerbang Dharma Budha. Metode pelatihan jasmani (membangunkan roh) ini kemudian menjadi sangat populer. Banyak kuil-kuil mempraktekkannya untuk membangkitkan motivasi umat awam untuk lebih serius menjalankan kehidupan rohani.

Banyak orang mengambil keputusan untuk meninggalkan hidup keduniawian dan mulai menjalankan bhavana karena sewaktu roh mereka terbangunkan berdasarkan metode Taoisme ini --mereka dapat melihat atau merasakan keberadaan para dewa dan hantu. Sampai sekarang metode Taoisme ini masih umum dipraktekkan. Tetapi saya ingin memberitahukan kepada para pembaca bahwa metode ini digunakan hanyalah dengan tujuan untuk membangkitkan motivasi awal dari umat awam untuk menjalankan kehidupan rohani.

Gerakan-gerakan yang timbul sewaktu dan setelah roh seseorang terbangunkan itu disebabkan oleh semacam "aliran hawa". "Aliran hawa" itu memutar sekeliling orang tersebut dan menyebabkannya bergerak-gerak. Di dalam usaha membangunkan roh, orang harus duduk dengan tenang dengan mata memandang ujung hidung, tangan beranjali, serta melafal mantra "Namo U Ci Yao Che Cing Mu Ta Tien Cuen"

(atau menyebut nama pujaannya berdasarkan keyakinan agamanya masing masing). Bila pikirannya dapat dikonsentrasikan dan menjadi tenang, setelah beberapa lama, akan ada suatu kekuatan/daya dari luar yang tiba tiba memasuki tubuhnya. Ketika aliran hawa dari para dewa memasuki tubuh orang tersebut, daya dari para dewa menyatukan kekuatan dengan daya dirinya sendiri dan membuat rohnya terbangunkan. Pada saat itu, aliran hawa yang datang itu membuat badannya bergetar atau bergerak (yang biasa disebut spiritual movement atau spiritual motion).

"Spiritual Motion" memberi beberapa keuntungan:

1. Metode pelatihan jasmani dari Taoisme ini dapat menyehatkan tubuh jasmani orang yang melatihnya. Gerakan gerakan yang ditimbulkan sewaktu roh terbangunkan membuat tubuh jasmani orang itu bergerak gerak seperti berolahraga (atau mengurut urut) dan dapat menyembuhkan penyakit penyakit yang dideritanya.

2. Datangnya aliran hawa dari roh roh yang membuat tubuh seseorang bergerak gerak berguna untuk mengatasi rasa kantuk dan kekalutan pikiran. Rasa kantuk dan kekalutan pikiran merupakan sebuah gangguan yang cukup serius bagi orang yang menekuni duduk bermeditasi. Kekalutan pikiran timbul karena terlalu banyak pikiran pikiran timbul di benak. Rasa kantuk yang datang sewaktu duduk bermeditasi merupakan pertanda masih mendominasinya "unsur yin" dan masih "belum terang/bersih/aktif"nya roh orang tersebut. Bila anda mengantuk sewaktu duduk bermeditasi, pernapasan anda bukan lagi pernapasan meditasi melainkan hanyalah pernapasan biasa. Karena itu, bila dalam keadaan mengantuk seperti itu, ada baiknya mengundang kehadiran para dewata membantu menggerakkan tubuh kita sehingga hilang rasa kantuknya.

3. Bila sewaktu aliran hawa dari para dewa itu dapat dianalisa frekwensi (kecepatan gerak)nya oleh orang yang mengalaminya, ia sekarang mempunyai semacam kemampuan kontak batin dengan dunia roh. Bila pikirannya dapat terkonsentrasi dan disatukan dengan pikiran para dewa itu, maka ia bisa melakukan komunikasi (kontak batin) dengan dunia roh.

4. Karena gerakan gerakan gaib yang timbul merupakan pertanda kuat akan keberadaan roh roh dewa dan arwah, orang yang mengalaminya sendiri menjadi percaya akan adanya dunia roh dan termotivasi untuk menjalankan kehidupan rohani. Dengan keyakinan mereka yang kuat untuk memasuki pintu gerbang Dharma, mereka akan mau belajar bermeditasi dengan tekun. Bila orang tidak merasakan sendiri bagaimana rohnya terbangunkan (bagaimana tubuhnya dapat bergerak gerak sendiri secara gaib), lebih sulit untuk meyakinkan orang ini untuk percaya akan manfaat hidup rohani dan untuk tekun bermeditasi. Jadi bagaimana? Ketika saya mulai menyadari bahwa daya pikiran kita dapat menyatukan kekuatan dengan aliran hawa dari para roh yang datang membantu, saya memutuskan untuk menggunakan dan mengajarkan metode ini untuk membuat orang orang menjadi yakin akan adanya

dunia roh. Meskipun tujuan saya murni dan tulus, tetap saja saya menerima banyak kritik dan tuduhan dari guru guru berbagai aliran yang tidak menyadari maksud baik saya ini.

Berdasarkan pengalaman saya, baik "spiritual motion" (gerakan gerakan gaib yang timbul) maupun daya konsentrasi tergantung kepada kesanggupan seseorang untuk berada di posisi memegang kendali atas dirinya sendiri. Bila roh anda telah terbangunkan dan anda tidak dapat mengontrolnya (tidak dapat berkonsentrasi), anda bisa menjadi seorang Medium ("Ci Thung" atau perantara roh). Energi anda akan habis bagaikan sebatang pohon yang telah mati. Karena itu, dalam bermeditasi, latihan berkonsentrasi sangat ditekankan. Bila anda bisa berada dalam posisi dapat mengontrol diri (self control) di dalam segala hal, anda tidak akan terganggu oleh roh roh jahat. Meditasi, dalam hal ini, merupakan metode penyucian pikiran anda. Dampak positif dari meditasi akan datang dengan sendirinya tanpa anda berusaha mengejanya. Begitu anda dapat mengatasi "penyakit, kantuk, dan kekalutan pikiran", dengan sendirinya anda akan menerima respons (kontak batin).

Sampai sekarang saya masih memuja Yang Mulia Yao Che Cing Mu. Ketika saya pindah dari Taiwan ke Amerika Serikat, arca beliau saya bawa bersama saya. Yang Mulia Yao Che Cing Mu adalah guru yang mengajari saya metode "membangunkan roh". Para guru guru dan penekun penekun Taoisme semuanya dapat dikatakan murid murid dari Yang Mulia Yao Che Cing Mu. Di dalam mempelajari Budhisme, kita harus mengetahui sejarah dan bersumber dari mana doktrin doktrin dan metode metode yang digunakan. Bagi saya, dari tahap "membangunkan roh" sampai ke tahap bermeditasi, merupakan sebuah proses. Saya akan selalu bersyukur dan menghargai Yang Mulia Yao Che Cing Mu dan metode yang diajarkannya.

Saya teringat sewaktu saya belum lama mendapatkan kemampuan kontak batin --saya telah membuat sebuah prasetya (ikrar) sebagai berikut. Bila saya telah mencapai Penerangan sempurna, satu penjelmaan dari roh saya akan mengabdikan kepada Yang Mulia Yao Che Cing Mu. Sebuah penjelmaan lain dari roh saya akan berada di Alam Sukhawati untuk melanjutkan pembabaran Budha dharma (Asal saya memang dari "Maha Dwikolam Teratai" di Alam Sukhawati). Penjelmaan ketiga dari roh saya akan membantu Ksitigarbha Bodhisattva dan bertekad tidak akan mencapai keBudhaan sebelum neraka menjadi kosong. Ini adalah sebab mengapa Ksitigarbha Bodhisattva merupakan satu dari Yidam saya di dalam sadhana yang saya jalankan. Karena hubungan saya yang erat dengan Ksitigarbha Bodhisattva, bahkan banyak hantu dan asura yang mau membantu saya.

Berikut ini adalah prinsip prinsip utama dalam meditasi:

Spiritual Motion --> Aktif --> Unsur Yang --> Badan yang sehat --> Dapat mengontrol Diri

Rasa kantuk --> Hawa Yin --> Unsur Yin --> Bagaikan Pohon yang mati --> Dikontrol

Bila sinar pada cakra dahi anda telah dapat menyorot dan terkonsentrasi, itu merupakan pertanda baik bahwa roh anda telah menjadi aktif (terbangunkan). Bila tidak ada sinar pada cakra dahi, itu berarti roh anda tidak aktif (tertidor) dan baru akan menjadi aktif lagi sewaktu anda meninggal dunia (tubuh jasmani menjadi mati). Roh yang baru terbangunkan sewaktu meninggal dunia bukanlah suatu hal yang baik seperti yang umum dialami oleh orang-orang awam yang tidak melatih diri.

Sekarang ini saya telah membuka lebar-lebar pintu dharma Cen Fo Cung bagi kalian yang ingin berlatih meditasi. Latihan terus ditekuni sampai muncul sesuatu yang saya sebut "bayi" di Tan-Tien anda. "Bayi" ini akan memancarkan sinar. "Bayi" ini dapat berkomunikasi dengan sinar pelangi alam semesta. "Bayi" ini dapat berkomunikasi dengan sinar putih, merah, dan biru di tubuh anda dan dapat berkomunikasi dengan ke-5 unsur bumi (air, api, kayu, emas, dan tanah). Ketika "bayi" ini akhirnya dapat naik menuju cakra dahi (kening), sinarnya akan menyorot dan terkonsentrasi.

Bila anda dapat mencapai tahap ini dalam meditasi anda, anda akan berwujud Budha, bermuka Vajra, berhati Bodhisattva, memabarkan Dharma pada setiap kesempatan. Anda akan mempunyai kekuatan batin yang dapat digunakan pada saat yang diperlukan. Anda akan dapat belajar Dharma apapun dengan mudah.

32. Mengurangi karma buruk dengan Catur Prayoga

(diterjemahkan dari sebuah bab di buku "Seni Meditasi" karya ke-45 dari Maha Acharya Lu Sheng Yen yang diterbitkan pada tahun 1983)

Dengan mata batin saya, begitu seorang tamu datang, saya dapat segera melihat siapa dirinya dalam kehidupan yang lampau. Banyak dari tamu-tamu saya itu yang tertarik untuk mempelajari Buddhisme. Termotivasi oleh buku-buku rohani saya, mereka tiba-tiba ingin mempelajari Buddhisme dan terlahir di alam Sukhawati. Tentu saja ini merupakan suatu hal yang baik. Tetapi saya dapat melihat bahwa sebagian tamu-tamu saya itu memiliki rintangan karma buruk yang sungguh serius. Ada yang berasal dari babi, monyet, beruang, bahkan yang paling parah berasal dari setan kelaparan dan penghuni neraka. Meskipun mereka ini membawa tumpukan karma buruk yang berat dari kehidupan masa lampau mereka, saya tetap mengabaikan permintaan mereka untuk menjadi murid saya. Saya menerima dengan tangan terbuka dan memperlakukan dengan sama siswa berbakat besar maupun kecil. Dalam membimbing mereka yang berkarma buruk ini, saya meminta mereka untuk melaksanakan Empat Latihan Dasar (Catur Prayoga) yang sangat efektif untuk mengurangi karma buruk. Catur Prayoga nyatanya adalah fondasi dari semua aliran Tantrayana. Semua guru agung di jaman dahulu juga mengajarkan siswa mereka untuk mulai dengan Catur Prayoga. Karena bila tidak, siswa yang memiliki rintangan

karma buruk yang serius akan diganggu Mara dan menjadi tersesat. Sungguh berbahaya. Catur Prayoga tidak boleh dipandang enteng karena merupakan metode mengurangi karma buruk dan merupakan fondasi untuk latihan latihan yang lebih tinggi di kemudian hari.

(... Selanjutnya Maha Acarya Lu menguraikan dengan spesifik metode Catur Prayoga. Karena sudah diuraikan dengan sangat baik dalam beberapa buku lain, maka tidak akan kami ulangi lagi disini. Para pembaca yang berminat dapat mencari dan membaca buku berjudul "Sadhana" yang diterbitkan oleh Vihara Vajra Bumi Nusantara di Karawaci (Tangerang).)

33. Penyembuhan Secara Roh

(diterjemahkan dari sebuah bab di buku berjudul "Kesaksian Rohani" karya ke 24 dari Maha Acarya Lu Sheng Yen yang diterbitkan pertama kali pada Mei 1976)

Master Lu Sheng-yen,

Terlebih dahulu saya mohon maaf bila surat saya ini merepotkan anda yang saya tahu sangatlah sibuk. Saya adalah seorang dokter yang bernama Ci Sien. Sien. Sebulan yang lalu, di kota Kaohsiung, sewaktu saya mengunjungi rumah seorang teman saya, saya mendapat kesempatan menemukan buku karya anda. Setelah membaca buku anda itu, saya merasa sangat kagum dan terharu akan kemampuan dan pengalaman anda.

Setelah saya selesai membaca ke 5 buku karya anda itu, hati saya begitu tergerak sehingga saya memutuskan untuk memasang sebuah altar sembahyang di rumah saya. Sebenarnya, sejak kecil saya memang menyebut diri sebagai seorang umat Budhis. Tetapi saya tidak mempelajari Budhisme dengan mendalam.

Ijinkan saya menceritakan pengalaman nyata yang saya alami. Mohon anda memberi petunjuk kepada saya.

Pada tanggal 20 pada bulan yang lalu, setelah mandi dan berpuasa, pada jam 10 malam, di ruangan yang sunyi, saya membaca Maha Karuna Dharani (Ta Pei Chou) sambil duduk bersila dan kemudian membaca mantra Yao Ce Cing Mu sesuai petunjuk di buku anda. Setelah melakukannya selama 20 menit, saya merasakan adanya suatu aliran hangat di telapak tangan saya. Aliran hangat itu kemudian mengalir ke seluruh jari jari tangan saya. Setelah itu, tangan saya secara gaib membentuk sikap anjali dan mulai bergerak gerak. Gerakan gerakan itu pada mulanya agak perlahan tapi kemudian menjadi cepat. Setelah berlangsung selama kira kira setengah jam, barulah gerakan gerakan tersebut berhenti.

Di malam kedua, saya kembali melakukan latihan. Tetapi kali ini saya tidak membaca Maha Karuna Dharani. Ternyata pada malam kedua ini tidak ada suatu kejadian yang

lain daripada yang lain.

Di malam ketiga, saya berlatih lagi. Kali ini dimulai dengan membaca Maha Karuna Dharani sambil beranjali selama 20 menit. Ternyata kejadian gaib di hari pertama terulang kembali.

Sejak saat itu saya selalu berlatih setiap malam dan selalu mengalami gerakan gerakan gaib itu. Adakalanya saya secara gaib bertepuk tangan sekeras kerasnya. Adakalanya tubuh saya bergerak gerak ke kiri dan ke kanan. Adakalanya saya melakukan gerakan gaib memukul pinggang, perut, dan kedua paha saya dimana hal ini berlangsung sampai kira kira satu jam barulah berhenti.

Tanpa saya sadari sebelumnya, ternyata gerakan gerakan gaib itu berpengaruh positif terhadap penyakit usus yang saya derita dimana proses buang air saya tadinya tidak normal. Penyakit ini telah saya derita selama 30 tahun tanpa dapat disembuhkan oleh obat. Setelah berlatih selama 5 hari, ternyata penyakit saya itu telah sembuh total. Saya ingin bertanya kepada anda: Apakah dengan saya membaca Maha Karuna Dharani --hal ini telah membantu kekuatan roh saya yang dapat digunakan untuk menyembuhkan penyakit. Sampai hari ini, saya telah berlatih selama 2 minggu. Hasilnya, selain kedua tangan saya yang bergerak gerak secara gaib, saya tidak merasakan adanya kegaiban lain pada anggota anggota tubuh lainnya.

Apakah ini wajar? Demikianlah pertanyaan saya. Sekian dan terima kasih.

Jawaban Master Lu:

Mr. Ci Sien adalah seorang dokter ternama disamping juga merangkap sebagai seorang profesor.

Penyembuhan secara roh (Spiritual Healing) sebenarnya telah lama dikenal di Tiongkok, tetapi tidak banyak masyarakat yang mengalami sendiri. Meskipun tidak menggunakan ramuan obat maupun alat alat kedokteran, penyembuhan secara roh bukanlah sebuah cara yang sesat. Penyembuhan secara roh tidak bertentangan dengan kode etik moral masyarakat. Penyembuhan secara roh mempunyai nilai yang positif karena penyakit dapat disembuhkan tanpa perlu mengeluarkan banyak biaya.

Kekuatan roh yang dilatih dan dikembangkan dapat menyembuhkan penyakit penyakit kronis. Ini merupakan sebuah fakta yang telah dibuktikan oleh banyak orang seperti yang dialami oleh dokter Ci Sien yang dapat menyembuhkan penyakit usus yang telah dideritanya selama 30 tahun meskipun baru berlatih selama 5 hari.

Pengalaman dokter Ci Sien yang merasakan adanya hawa panas di telapak tangan dan terjadinya gerakan gerakan tangan secara gaib merupakan tanda tanda tentang roh yang terbangunkan. Bila kekuatan roh yang tertidur di dalam diri kita masing masing dapat dibangunkan, maka kekuatan roh itu dapat menyembuhkan penyakit jasmani

yang kita derita.

Mr. Ci Sien menanyakan apakah kekuatan roh kita terbantu dengan membaca mantra Maha Karuna Dharani. Jawabannya adalah ya.

Apa yang terjadi sewaktu roh seseorang terbangunkan berbeda dari satu orang dengan yang lainnya. Pengalaman Mr. Ci Sien adalah bahwa setelah berlatih selama 2 minggu --hanya gerakan tangan secara gaib yang ia alami. Ini merupakan suatu hal yang wajar saja. Kalau ingin memperoleh hasil yang lebih baik (kekuatan roh yang lebih besar), tentu memerlukan waktu yang lama. Kenyataan bahwa hanya dengan satu kali berlatih saja Mr. Ci Sien sudah dapat mengalami gerakan tangan secara gaib menunjukkan bahwa ia sudah mempunyai dasar yang baik.

Hasil awal dari latihan membangunkan dan membina kekuatan roh berurusan dengan karma masa lampau orang tersebut. Bila dalam kehidupan yang lampau, orang tersebut telah memupuk dasar yang baik, maka dalam kehidupan yang sekarang, akan lebih mudah baginya dalam melatih diri. Tetapi bila dalam kehidupan yang lampau, ia belum memupuk dasar yang baik, maka dalam kehidupan yang sekarang, ia harus mulai berlatih dari dasar.

34. Melihat sinar gaib

(diterjemahkan dari sebuah bab di buku berjudul "Kesaksian Rohani" karya ke 24 dari Maha Acarya Lu Sheng Yen yang diterbitkan pertama kali pada Mei 1976)

Mr. Lu,

Pada suatu hari, saya pergi ke sebuah toko buku kecil dimana saya menemukan sebuah buku tentang roh yang menarik perhatian saya. Saya bergegas membeli dan membacanya. Buku tersebut menjelaskan sebuah cara tentang bagaimana membangkitkan kekuatan roh diri kita. Saya mencoba mencoba mempraktekkan cara yang diuraikan tersebut. Hanya di dalam waktu waktu 5 menit saja, saya telah mengalami suatu hal yang luar biasa. Saya menceritakan pengalaman saya itu kepada murid murid saya. Banyak dari murid murid saya itu yang menjadi tertarik, membeli buku yang saya baca itu, dan berusaha mempraktekkan metode yang diajarkan di dalam buku itu. Beberapa diantara mereka telah mengalami kesuksesan awal dan menjadi sangat tekun bermeditasi.

Mengenai pengalaman saya sendiri selama berlatih, disamping saya merasakan adanya getaran getaran secara gaib, saya juga melihat sinar sinar gaib. Saya melihat 3 sinar menyorot dari kening saya. Sinar yang pertama adalah sinar putih yang sangat terang. Sinar selanjutnya adalah sinar panca warna yang lebih besar lagi. Sinar yang terakhir adalah sinar putih yang berkelap kelip. Saya terperanjat sewaktu melihat sinar sinar gaib itu. Apakah sebenarnya ke tiga sinar itu? Mohon penjelasan dari anda.

Sejak pengalaman saya itu, saya telah banyak membaca buku karya anda dan mendapatkan bahwa banyak hal yang anda jelaskan di dalam buku anda itu juga saya alami sendiri. Yang saya sayangkan adalah bahwa teman-teman saya tidak mempercayai pengalaman nyata yang saya alami itu.

Oleh Rui Wen

Jawaban Master Lu

Pengalaman Nona Rui Wen yang melihat 3 sinar adalah suatu hal yang wajar. Ketiga sinar dari kening tersebut merupakan sinar roh yang terpancar dari dirinya sendiri. Telah dapat merasakan getaran hanya dalam waktu 5 menit pertama berlatih serta pengalaman melihat sinar putih dan panca warna yang menyorot dari kening menunjukkan bahwa nona Rui Wen telah memupuk dasar yang kuat pada kehidupannya yang lampau.

Adakalanya saya menggunakan mata batin saya untuk melihat sinar yang terpancar dari tubuh seseorang. Kadang-kadang saya menjumpai orang yang memancarkan sinar yang sangat kuat yang menunjukkan bahwa orang tersebut memiliki keunggulan dibandingkan orang pada umumnya. Orang seperti ini umumnya memiliki kebijaksanaan, kreatifitas, dan sifat kerohanian yang lebih tinggi dibandingkan orang biasa. Sinar yang terpancar dari tubuh orang seperti ini lebih panas dan lebih terang dari sinar orang pada umumnya. Pernah pula saya menggunakan mata batin saya melihat sinar yang terpancar dari seorang pedagang. Yang terlihat hanyalah warna yang gelap. Orang tersebut hidup di dalam kegelimangan materi, mengumbar hawa nafsu, mabuk-mabukan, dan terlibat dalam perjudian. Meskipun ia banyak uang, tetapi pikirannya beku. Meskipun wajahnya berseri-seri, saya dapat merasakan apa yang ada di dalam hatinya. Sebenarnya jiwanya merasa hampa. Pedagang itu pernah datang ke tempat saya dan mengatakan ingin belajar berlatih untuk dapat melihat sinar dirinya. Saya katakan padanya untuk sebaiknya lebih banyak menyebut nama Buddha. Jangan mengejar hal lain. Ia telah meninggal sekarang.

Nona Rui Wen, melalui meditasinya, telah dapat melihat sinar roh yang terpancar dari dalam dirinya. Memang orang yang mengembangkan kekuatan rohnya dapat merasakan keberadaan kekuatan roh tersebut. Bertambah atau berkurangnya kekuatan roh seseorang bersangkutan dengan tingkah laku orang tersebut.

Saya tidak menyangkal bahwa saya juga memiliki kekuatan roh yang terbangunkan. Bila saya menggerakkan kekuatan roh saya, maka kekuatan itu bahkan dapat menutupi seluruh tubuh saya. Lebih dari itu, roh saya dapat keluar dari tubuh jasmani saya dan terbang melayang layang di udara. Hal ini disebut "keluarnya kekuatan roh dari tubuh manusia".

Orang-orang yang mempunyai kekuatan roh yang terbangunkan pada umumnya mendapatkan bahwa pengalaman-pengalaman mereka itu sukar dipercayai oleh orang

orang yang rohnya tidak terbangunkan.

Didalam Tantrayana, ada yang disebut cahaya roh yang terpancar yang berbentuk pelangi yang terjadi pada upacara abhiseka. Saya berpendapat bahwa cahaya roh berbentuk pelangi itu adalah sinar yang diberikan oleh orang yang memberikan abhiseka kepada orang yang menerima abhiseka sehingga orang yang menerima abhiseka itu dapat membangunkan kekuatan rohnya. Kemudian orang yang menerima abhiseka itu memulai latihan sehingga badan raganya lambat laun menjadi terang bercahaya seperti kristal. Hal ini dijelaskan secara lengkap didalam Vajrayana Maha Mudra.

Dapat melihat sinar gaib seperti yang dialami nona Rui Wen merupakan hasil awal yang cukup baik. Di jaman yang penuh dengan pengumbaran nafsu seperti sekarang ini, tidaklah terlalu banyak orang yang mempunyai dasar karma baik yang cukup kuat sehingga dapat melihat sinar roh yang terpancar dari dirinya sendiri. Orang yang rohnya terbangunkan dan merasakan gerakan gerakan gaib belum tentu dapat melihat sinar sinar gaib. Sebaliknya orang yang telah dapat melihat sinar sinar gaib setelah rohnya terbangunkan sudah pasti dapat mengalami gerakan gerakan gaib.

Di Jepang, telah ada usaha menggunakan alat kamera yang canggih untuk mendeteksi dan melihat sinar roh yang terpancar dari tubuh seseorang. Mudah mudahan di masa mendatang yang tidak lama lagi bukti bukti ilmiah ini telah dapat diperoleh.

35. Ramalan Jitu

(diterjemahkan dari sebuah bab di buku berjudul "Seni Meditasi" karya ke 45 dari Maha Acarya Lu Sheng Yen yang diterbitkan pertama kali di tahun 1983)

Para sadhaka yang membina diri secara benar dan tekun akan mendapat perlindungan para dewata. Bila sesuatu akan terjadi, baik maupun buruk, para dewata itu akan memberikan kabar. Ini adalah kenyataan. Bila para sadhaka secara alamiah mendapatkan kemampuan kontak batin dengan para dewata (menerima ramalan jitu), para penipu yang berusaha meyakinkan orang akan kesaktian/kemanjuran mereka menggunakan metode "kuping yang ditempel" yang mana roh roh dan setan setan datang memberitahu mereka mengenai nasib baik atau nasib buruk.

Berikut ini adalah sebuah surat yang mengilustrasikan perihal "ramalan jitu".

6 Februari 1983,

Maha Acarya Lu,

Salam. Saya bernama Xu Ren-yuan dari kabupaten Chiayi. Senang mengetahui bahwa anda juga berasal dari tempat yang sama dengan saya. Keluarga saya menetap di Zhu Qi, kabupaten Ja Yi. Saya bekerja di sebuah rumah sakit. Saya telah membaca banyak

buku karya anda yang memajukan kebijaksanaan rohani saya. Pada bulan Februari tahun lalu, ketika saya sedang berusaha beristirahat sejenak dan hampir pulas, saya melihat nenek saya sedang sekarat. Saya juga melihat dengan jelas semua orang yang hadir di upacara pemakaman yang dilakukan. Saya melihat bahwa makam nenek saya itu menghadap selatan dengan pemandangan sebuah jalan kecil dari sebelah kanan kesebelah kiri. Pemandangan tak terhalangi dan ada sebuah bukit berbentuk burung. Ketika saya sedang melihat mereka sedang menggali lubang kubur, ada angin yang menerpa muka saya sehingga saya terbangun. Saya merasa apa yang saya alami itu aneh sekali karena tidak terasa seperti mimpi. Nenek saya berusia 92 tahun, tapi masih dalam kondisi sehat. Mengapa saya melihat hal hal tadi? Namun, pada awal bulan tujuh imlek, nenek saya meninggal dunia dalam tidurnya.

Yang lebih aneh lagi adalah orang orang yang hadir pada upacara pemakaman pemakaman adalah benar benar orang orang yang saya lihat dalam "mimpi" aneh itu. Makam nenek ternyata memang menghadap ke selatan dengan jalan jalan kecil yang saya lihat itu. Pemandangan di sekitar makam adalah tepat sesuai yang saya lihat dalam "mimpi" saya pula.

Sebuah kejadian aneh lainnya adalah sewaktu saya diantar seorang teman ke daerah Ja Yi. Begitu saya masuk kedalam mobil, segera timbul perasaan bahwa satu dari ban mobil akan pecah. Didalam perjalanan, saya memperingatkan teman saya itu berulang kali untuk mengemudi secara perlahan saja karena dikuatirkan ban mobil akan pecah. Ketika kami sedang berada diantara jalan Xin Ying dan Hon Bi, kami berhenti karena lampu merah. Ketika warna lampu berubah hijau dan kami bermaksud melanjutkan perjalanan, ternyata sebuah dari ban mobil memang telah kempes. Kami bahkan tidak menyadari kapan itu terjadi.

Saya mempunyai banyak pengalaman gaib lainnya. Sudah tak terhitung sampai sekarang. Setiap kali saya melihat sesuatu didalam mimpi, mimpi tersebut terjadi didalam waktu 3 sampai 6 bulan. Insting saya pun sangat tepat. tepat. Saya lahir antara jam 6 dan 8 malam pada tanggal 2 Desember. Sejak dahulu, saya mempunyai kebiasaan untuk terbangun pada tengah malam tanpa saya sadari dan duduk bermeditasi. Keluarga saya merasa heran tanpa saya sadari dan duduk bermeditasi. Keluarga saya merasa heran mengapa saya tertidur dalam keadaan duduk bermeditasi. Kadang kadang saya berada dalam keadaan setengah sadar. Saya sendiri tidak mengerti mengapa saya selalu melakukan hal tersebut.

Bolehkah saya bertanya kepada anda: Siapakah saya dalam kehidupan masa lampau saya? Dan mengapa saya dapat mengetahui hal hal yang akan terjadi?

Salam Dharma.

Setelah menerima surat tersebut, saya menggunakan mata batin saya untuk menyelidiki siapakah dirinya dalam kehidupan masa lampau. Ternyata ia adalah

seorang penekun meditasi Zen dulunya. Seringkali penekun Zen tidur dalam keadaan duduk bermeditasi. Kebiasaannya dalam kehidupan lampau tersebut sebagian masih bertahan dalam kehidupannya yang sekarang. Itu sebabnya Xu seringkali bangun pada tengah malam untuk duduk tanpa disadarinya. Ini adalah akibat apa yang dilakukan dalam kehidupan masa lampau.

Penekun Zen ini dulunya telah berhasil dalam melatih diri untuk menerima "ramalan jitu". Ia selalu tahu tentang apa yang segera akan terjadi. Seringkali ia meramalkan nasib orang lain. Reputasinya menggemparkan. Meskipun Xu Ren-yuan sekarang tidak menjadi seorang biksu, ia tetap memiliki sebagian kemampuan meramal itu dari kehidupan lampaunya. Ini tidaklah aneh.

Kemampuan "ramalan jitu" bukanlah suatu yang rumit namun merupakan akibat sampingan dan alamiah dari usaha pembinaan diri. Semua sadhaka yang berhasil akan merasakan kontak batin dalam bentuk "ramalan jitu" ini. Para siswa Tantrayana, karena mengkonsentrasikan energi vital mereka dan berbuat banyak pahala mendapatkan perlindungan dan informasi dari para dewata yang membuat mereka dapat mengetahui apa yang akan segera terjadi.

Bagaimana halnya dengan penggunaan metode "kuping yang ditempel" oleh tuyul (anak ambar)? (... selanjutnya Maha Acarya Lu menguraikan cara bagaimana para pemelihara tuyul mendapatkan tuyul tuyul itu) Metode "kuping yang ditempel tuyul" digunakan oleh para peramal (penghibur) kaki lima dan sama sekali tidak ada kaitan dengan pembinaan diri. Hanya karena metode ini agak mirip dengan "ramalan jitu", maka saya diskusikan sedikit disini.

36. Alam Semesta di Telapak Tangan

(diterjemahkan dari sebuah bab di buku "Komunikasi Saya Dengan Dunia Roh" karya ke 19 dari Maha Acarya Lu Sheng Yen yang diterbitkan pertama kali pada Agustus 1975)

Pada tanggal 18 bulan lima imlek tahun 1975, ketika saya sedang tidur dengan lelap ditengah malam, guru saya yang tak berwujud, Yang Mulia San San Chiu Hou, yang telah cukup lama pergi, datang mengunjungi saya kembali. Ini adalah suatu peristiwa yang sangat menggembarakan saya.

Saya dapat dengan jelas mendengar beliau memanggil saya sehingga membuat saya meneteskan air mata saking terharunya. Beliau telah meninggalkan saya cukup lama setelah beliau selama beberapa lama mengajarkan saya beberapa ilmu rahasia. Meskipun saya telah berusaha mencari beliau, saya tidak dapat menemuinya. Kehadiran beliau di tempat saya itu disertai dengan terciumnya wangi cendana yang begitu harumnya. Saya merasakan beliau dengan ramah mengelus kening saya.

"Lian Sheng, bagaimana akhir akhir ini keadaanmu?"

"Guru, sungguh sulit untuk saya ungkapkan. Ada terjadi hal yang baik maupun hal yang buruk. Entah dari mana saya harus mulai menceritakannya. Buku saya yang pertama mengenai roh yang berjudul "Berbincang bincang tentang ramalan dewata" ternyata mendapat perhatian yang sangat besar dari masyarakat luas. Sebagian orang berpendapat bahwa saya sesat dan apa yang saya ceritakan di dalam buku tersebut tidak dapat dipercaya. Ada lagi orang-orang yang merasa mendapatkan jawaban dari kekalutan dan keraguan yang mereka alami selama ini; mereka itu mendukung saya untuk lebih giat lagi. Guru, mengapa di dunia ini masih ada orang yang tidak percaya dengan fakta-fakta yang saya ceritakan didalam buku saya itu?"

"Lian Sheng, orang yang dasarnya lemah akan mengalami keraguan, meskipun ia dapat percaya sekali-sekali. Bahkan seandainya sang Budha menampakkan dirinya langsung dihadapannya, mungkin orang tersebut masih tidak percaya. Hati manusia banyak yang sangat rapuh dan tidak mempunyai dasar yang kuat. Pengetahuan mereka terbatas. Karena itu, jalankanlah tugasmu dengan alamiah bagaikan seorang nelayan yang menebaskan jalanya. Pasti akan terjaring beberapa ikan yang berjodoh. Bagaikan sinar matahari yang menyinari bumi, sebagian tempat di bumi tidak dapat disinari olehnya. Bukumu itu bertujuan baik. Di kemudian hari akan banyak beredar. Usahamu ini akan sangat positif terhadap batin umat manusia di dunia ini karena mempunyai nilai teguran yang baik. Lian Sheng, memang para Bodhisatwa sering menggunakan metode "upaya kausalya", usaha menyadarkan insan dengan cara yang mudah dimengerti)."

"Saya akan dengan sungguh-sungguh mendengar ajaran Guru."

"Hari ini aku datang untuk mengajarmu "Ilmu Ramalan yang menggunakan jari-jemari." Julurkanlah telapak tanganmu. Ilmu ini menggunakan/menyalurkan daya batin kedalam ujung jari-jemari sambil mengucapkan mantra Sian Thian U Ci. Perihal apapun boleh ditanyakan kepada para dewata. Jari-jemari anda akan bergerak secara alamiah. Empat jari itu terbagi menjadi kelas atas, kelas menengah atas, kelas tengah, dan kelas bawah. Juga dapat terbagi menjadi sebelum kelahiran, saat kelahiran, masa depan, dan yang alamiah. Di masa yang akan datang, bila kau menggunakan jari-jemarimu, maka akan banyak permasalahan manusia yang bisa anda bantu atasi."

Sewaktu mendengar hal ini, dengan gembira saya bertanya, "Guru, bukankah ini ilmu yang diwariskan oleh Wen Wang tentang alam semesta yang berada di telapak tangan?"

"Tidak salah. Sungguh tepat. Dengan jari-jari tangan mengetahui rahasia dunia dan alam semesta. Di kemudian hari, sewaktu anda melihat nasib orang, tidak perlu lagi anda mengandalkan bantuan roh dari luar sehingga tidak merepotkan mereka lagi."

Selama ini saya beranggapan bahwa ilmu meramal dengan menggunakan jari-jemari hanyalah cerita kuno belaka. Ternyata ilmu ini bukanlah dongeng belaka. Saya

menjulurkan telapak tangan saya seraya membaca mantra Sian Thian U Ci. Kemudian saya alihkan konsentrasi saya pada jari jemari saya. Luar biasa sekali. Semua pertanyaan dan keraguan saya dapat terjawab. Bahkan jari jemari saya dapat dengan otomatis menjadi tegak. Ini benar benar ajaib dan menggembirakan saya.

"Semenjak aku pergi meninggalkanmu, diam diam aku menyelidiki tingkah lakumu. Saya dapatkan engkau masih mempunyai keyakinan. Engkau berusaha menjauhkan diri dari mengucapkan hal hal yang tidak baik. Engkau menjauhkan diri dari rasa tidak tahu malu. Engkau menjaga pergaulan yang baik. Ilmu meramal dengan jari jemari seperti ini sebenarnya bukanlah aku yang mengajarimu. Ilmu ini merupakan anugrah untukmu. Budi pekertimu semakin baik. Engkau jujur, dapat dipercaya, rendah hati, ramah terhadap setiap orang, serta telah banyak menyadarkan mereka yang sesat. Tetapi hatimu masih memiliki kemarahan yang belum padam. Berhati hatilah, jangan sampai segenggam api kebodohan membakar semua hutan kebaikan."

"Apakah yang guru maksud dengan segenggam api kebodohan membakar semua hutan kebaikan?"

"Sadhaka itu bagaikan air yang jernih yang dapat menahan segala macam bau busuk yang berada didekatnya. Di dunia ini, banyak orang yang berbau busuk seperti bau bangkai, anjing, kuda, kucing, ular, serta serangga lainnya. Air yang jernih itu harus mengalir untuk membersihkan mereka."

"Apakah guru membicarakan tentang kemampuan bertahan terhadap segala sesuatu, yang biasa disebut Ksanti Paramita?"

"Ya, benar."

Guru San San Chiu Hou diam diam pergi. Beliau datang tidak terlihat, begitu pula beliau pergi tak tertampak. Saya begitu ingin berjalan bersama beliau. Entah kapan saya baru dapat terbebas seperti itu. Saya begitu menyesali bahwa saya dikekang oleh tubuh jasmani saya ini sehingga roh saya terkekang. Sungguh saya tidak ingin menjadi manusia lagi. Saya dihina dan ditertawakan oleh orang orang yang tidak mengerti. Banyak yang mengatakan saya sesat, percaya takhyul, bermimpi disiang hari bolong, melihat iblis, atau "Lu Sheng yen itu gila." Guru, mengapa kau tidak membawa saya pergi?

Ilmu ramalan dengan jari jemari itu akhirnya saya kuasai. Saya sadar bahwa tugas saya di kemudian hari akan semakin berat.

37. Dengan mata roh melihat dunia roh

(diterjemahkan dari sebuah bab di buku berjudul "Komunikasi Saya Dengan Dunia Roh" karya karya ke 19 dari Maha Acarya Lu Sheng Yen yang diterbitkan pertama kali pada Agustus 1975)

Banyak orang tidak percaya bahwa saya dapat melihat roh. Mereka berkata, "Bagaimana mungkin mata manusia dapat melihat sesuatu yang halus seperti roh?" Karena mereka tidak mengerti arti perkataan saya, maka hari ini saya menjelaskannya kembali. Anda hanya dapat melihat dunia roh dengan roh yaitu dengan menggunakan mata roh (mata batin).

Ketika mata roh menerima frekwensi (getaran), maka kedua mata batin akan mengeluarkan cahaya batin yang bagaikan lampu yang dipancarkan dari stasiun TV. Alam semesta akan tertampak di hadapan; sama halnya seperti kita menghidupkan monitor TV; semua akan terlihat. Bila mantra terus dibaca, keadaan yang terlihat berangsur angsur menjadi semakin jelas. Pada saat itu, kita akan seperti masuk kedalam pesawat TV. Inilah yang disebut dengan mata roh melihat dunia roh.

Begitu pula dengan suara yang didengar. Dapat mendengar suara gaib dari roh roh adalah suatu yang betul betul nyata. Suara gaib itu begitu jelas terdengar bagaikan suara orang yang bercakap cakap di pesawat telpon. Suara yang didengar kecil tetapi jelas; suara yang didengar juga berbeda beda tergantung siapa yang berbicara.

Untuk membangkitkan mata batin dan telinga batin, caranya adalah dengan menerobos belunggu tubuh jasmani ini dengan menggunakan kekuatan roh kita yang telah terbangunkan. Ini adalah suatu hal yang sangat penting. Sebagai manusia, begitu kita lahir, kekuatan roh kita telah terbungkus dengan himpunan karma buruk masa lampau kita sehingga kekuatan roh kita itu tidak dapat menerobos keluar. Kalau pada suatu hari kekuatan roh kita dapat terbangunkan untuk menerobos bungkus karma tersebut, maka akan timbul dua gejala. Gejala pertama adalah adanya kekuatan roh jahat yang menampakkan diri. Gejala kedua adalah adanya kekuatan para dewa yang menampakkan diri.

Sekarang ini beberapa biksu senior tidak begitu suka membicarakan perihal kekuatan roh. Ini ada sebabnya. Bila hati manusia masih belum bersih tapi sudah ingin membangkitkan kekuatan rohnya, maka ia dapat terjerumus ke jalan yang sesat.

Usaha mencapai penerangan sempurna adalah suatu usaha yang penuh dengan rintangan. Untuk menjadi Budha tentunya harus dapat lulus dari banyak ujian yang tak terelakkan dari Mara.

Untuk mengatasi ujian, diperlukan bodhicitta, rasa welas asih yang besar yang bersandarkan pada ketabahan dan kesabaran yang luar biasa. Didalam sebuah sutra dikatakan, "Ketabahan dan kesabaran itu bagaikan sesuatu yang terang melebihi matahari dan bulan. Kekuatan naga dan gajah juga tidak bisa menyamai kekuatan dari ketabahan dan kesabaran. Benda benda yang gemerlapan hanya mendatangkan kekuatiran sewaktu dimiliki. Tetapi bila memiliki ketabahan dan kesabaran, maka kita akan mendapat keselamatan dan perdamaian selamanya. Meskipun berdana ke 10 penjuru dan memupuk pahala yang besar, itu masih belum menyamai ketabahan dan

kesabaran. Meskipun berbuat kebajikan akan menghasilkan kedamaian, itu juga belum dapat menyamai ketabahan dan kesabaran. Ketabahan dan kesabaran itu bagaikan perisai para makhluk suci. Ketabahan dan kesabaran itu bagaikan perahu besar yang dapat digunakan untuk menyeberangi lautan samsara (kesengsaraan); ketabahan dan kesabaran itu bagaikan obat mujarab yang dapat menyembuhkan segala macam penyakit; dengan ketabahan dan kesabaran, segala sesuatu akan diperoleh. Ketabahan dan kesabaran, ditambah dengan sifat welas asih dan kekuatan roh adalah jalan menuju keBudhaan."

Saya teringat suatu waktu guru saya, Ching Chen Tao Chang, memberi bimbingan kepada saya, "Lian Sheng, pada kehidupan yang lampau, engkau telah banyak memupuk kebajikan sehingga dalam kehidupan yang sekarang, engkau memiliki kemampuan kemampuan yang sehingga dalam kehidupan yang sekarang, engkau memiliki kemampuan kemampuan yang

besar. Bila engkau menggerakkan kekuatan rohmu, maka segera engkau dapat melihat dan

mendengar dengan mata dewa dan telinga dewa." Kata kata sang guru memang tidak salah.

Pada suatu malam saya dapat melihat keadaan yang sebenarnya dari rembulan. Para astronaut yang datang kebulan tidak dapat melihat apa apa disana kecuali suasana yang gersang dan sunyi. Pada saat itu, saya melihat bintang bintang dilangit berubah menjadi sekuntum bunga bunga yang berguguran. Terdapat awan panca warna disekitar sang rembulan. Di setiap warna duduk seorang tua; wajahnya terdiri dari lima macam warna; kepalanya memakai topi besar; ia mengenakan jubah Taois, duduk diatas bunga teratai.

Saya bertanya kepada guru saya, "Dewa apakah yang saya lihat di rembulan itu?"

"Itu adalah Dewa Rembulan yang wajahnya terdiri dari hijau, merah, hitam, kuning, dan putih."

"Memang itulah warna warna yang saya lihat."

Ching Cen Tao Chang tersenyum sambil berkata, "Lian Sheng, mereka adalah teman baik saya. Baru kemarin malam saya pergi ke rembulan dan berbincang bincang dengan mereka. Saya sampaikan kepada mereka bahwa engkau memiliki mata dewa dan telinga dewa." Mereka belum percaya betul, karena itu mereka menampakkan diri mereka. Malam ini saya akan pergi ke bulan lagi untuk meminta mereka agar baik baik membantumu didalam mengatasi kesulitan kesulitan."

"Terima kasih, guru."

Saya mempunyai dua guru: San San Chiu Hou dan Ching Cen Tao Chang. Kedua guru tersebut selamanya berada didalam hati saya.

38. Membelah tubuh

(diterjemahkan dari sebuah bab di buku "Rahasia Ilmu Taoisme", karya ke 40 dari Maha Acarya Lu Sheng Yen yang diterbitkan pertama kali di Desember 1982)

Ada seorang biksu yang terkesan sederhana dan tidak mempunyai keistimewaan apa apa. Wajahnya pun tidak menarik. Bila ada orang bertanya kepadanya apakah ia memiliki semacam kesaktian atau kekuatan gaib. Dia hanya tertawa dan menjawab "kekuatan yang bodoh". Lalu ada lagi orang memberitahunya bahwa ada biksu biksu tertentu yang mempunyai semacam kekuatan gaib. Diapun hanya berkata, "Begitukah?" Bila ia ditanya apakah Budha Dharma itu, dia hanya menjawab, "Yang dimaksud dengan Budha Dharma sesungguhnya bukanlah Dharma." Secara berangsur angsur, dia ditinggalkan para siswanya sehingga pada akhirnya hanya tertinggal sepuluh orang lebih saja muridnya. Itu tidak menjadi masalah baginya.

Namun pada waktu dua hari sebelum meninggal dunia, ia menunjukkan suatu kesaktian yang luar biasa. Dalam waktu yang bersamaan namun di lokasi yang berbeda beda, beliau menampakkan diri kepada belasan siswanya itu untuk memberi pelajaran rahasia yang paling tinggi. Beliau ternyata mempunyai kemampuan membelah tubuhnya menjadi puluhan dan masing masing dari tubuhnya itu pergi menampakkan diri kepada setiap siswanya. Setelah beliau meninggal dan dikremasikan, para siswanya berkumpul untuk menceritakan pengalaman mereka masing masing. Pada saat itu, barulah mereka sadar akan kemampuan luar biasa dari guru mereka itu yang selama ini disembunyikan dan tidak pernah didemonstrasikan. Disamping itu, orang orang pun tercengang mendapatkan bahwa sewaktu tubuh beliau dikremasikan --terdapat sarira (relic) di seluruh tubuh beliau.

Kemampuan membelah tubuh menjadi banyak jauh lebih tinggi dan lebih sulit dari kemampuan "roh keluar dari jasad lewat ubun ubun kepala". Dengan kemampuan "roh keluar dari jasad", dikisahkan bahwa Maha Bksu Si Yui pergi ke surga Tusita untuk mendengarkan khotbah dari Maitreya. Namun, kemampuan membelah tubuh lebih tinggi lagi karena satu tubuh dapat dipecah menjadi beberapa tubuh. Kemampuan ini adalah hasil dari badan jasmani dan kekuatan roh yang sama sama dilatih. Sungguh suatu kekuatan gaib yang begitu tinggi dan halus serta sulit dipahami orang awam. Kesaktian membelah tubuh juga disebutkan dalam cerita "Se Yu" (Sun Go Kong) dimana siluman kera (Sun Go Kong) dengan mencabut salah satu rambutnya dan mengatakan kata "berubah" maka akan mengubah dirinya menjadi bentuk Sun Go Kong yang banyak. Dengan mengatakan kata "terkumpul" maka badan badan Sun Go Kong itu terkumpul kembali menjadi seorang Sun Go Kong. Ilmu membelah tubuh bukanlah ilmu mengelabui mata orang yang melihat (bukanlah semacam ilmu sihir). Sungguh merupakan suatu prestasi yang besar bila telah dapat

mencapai kemampuan membelah tubuh. Guru saya pernah berkata, "Kesadaran yang halus juga merupakan anak dari roh yang mempunyai kecepatan tinggi dan bisa berhenti diam, yang bisa menembus langit dan masuk kedalam tanah. Berubah tanpa batas. Kalau melatih kesadaran yang halus membuat badan jasmani dan kesadaran menjadi satu bahkan lebih dari satu, itu seperti suara yang bergema (suara echo) di lembah."

(Dalam paragraf paragraf berikutnya, Maha Acarya Lu menguraikan dengan cukup spesifik bagaimana melatih diri untuk mencapai kemampuan ini.)

39. Kekuatan doa

(diterjemahkan dari sebuah bab di buku berjudul "Kekuatan Gaib" karya ke 26 dari Maha Acarya Lu Sheng Yen yang diterbitkan pertama kali pada Oktober 1976)

Seorang pengarang yang bernama Hung Hung, di dalam sebuah buku karyanya, menceritakan bagaimana setiap kali ia menghadapi kesulitan besar, ia akan naik ke atas teras rumahnya untuk berdoa. Dengan berlutut serta menengadahkan ke langit, ia dengan tulus dan rendah hati menyampaikan semua unek unek didalam hatinya kepada yang maha kuasa. Ia berdoa seperti ini sangat lama. Ia katakan bahwa pada waktu ia berdoa --ia mendengar suara yang maha kuasa sampai sampai badannya sedikit gemetar. Ia merasakan kekuatan gaib dari yang maha kuasa telah datang memberkahinya dan telah mendengar dan menjawab apa yang ia utarakan sehingga ia menjadi tenang dan merasakan kedamaian. Semua doa doanya selalu dikabulkan.

Sebagai kisah lain, saya juga pernah berpartisipasi dalam sebuah upacara kebaktian kebangunan rohani Kristen di sebuah lapangan bola baseball di kota Kao Hsiung ketika saya masih duduk di bangku SMP. Massa yang datang untuk mengikuti upacara kebaktian tersebut cukup banyak jumlahnya. Saya melihat seorang pendeta warga negara Amerika berdiri diatas mimbar. Dengan kekuatan doa, ia berhasil menyembuhkan para pengunjung yang menderita penyakit sehingga dapat meyakinkan banyak pengunjung untuk menjadi umat Nasrani. Dengan mengangkat kedua tangannya, bapak pendeta tersebut berdoa (sambil diterjemahkan ke dalam bahasa Mandarin oleh seorang penterjemah) sebagai berikut, "Oh, Tuhan Yesus, dengarlah keluh derita umatmu ini. Keringkanlah air mata kami. Urapi luka luka kami sehingga namamu dimuliakan dan sehingga kami mendapat kedamaian. Bagaikan anggur yang tertuang melimpah kedalam gelas sakramen, demikianlah anugerahmu yang tak terhingga. Demikianlah kami dengan tulus berdoa kepadamu. Dengarlah doa kami, ya Tuhan. Tunjukkanlah kekuatan mujizatmu. Haleluyah, terima kasih, Tuhan. Atas nama Tuhan Yesus, amin." Para pengunjung dibawah mimbar turut mengucapkan setiap kata kata yang didoakan sang pendeta tersebut. Selesai berdoa, beberapa pengunjung naik keatas mimbar untuk memberikan kesaksian. Yang membuat saya turut terperanjat adalah kesaksian seorang gagu dari daerah Chui-Li yang naik keatas mimbar didampingi oleh tetangganya. Dengan menangis terharu, ia

berkata, "Saya sangat gembira. Saya betul betul sangat gembira." Tetangganya berkata, "Dia adalah tetangga saya. Lima tahun yang lalu, tiba tiba dia menjadi tidak bisa berbicara. Saya bisa menjadi saksi. Hari ini, setelah selesai berdoa bersama, ia telah sembuh kembali. Ini adalah mujizat." Ada lagi seorang anak yang menderita penyakit polio naik keatas mimbar dan menunjukkan bahwa sekarang ia telah dapat berjalan dengan normal. Disamping kedua orang diatas, ada banyak lagi orang yang naik keatas mimbar untuk bersaksi. Sejak upacara kebaktian tersebut, saya sering datang ke banyak kebaktian Nasrani dimana doa dipanjatkan untuk penyembuhan penyakit. Misalnya, gereja dimana saya bertugas (gereja Presbyterian di kota Kao Hsiung) pernah mengundang seorang pastur Jepang yang bernama Mr. Sato. Dengan kekuatan doa, beliau juga berhasil menyembuhkan orang sakit. Pada waktu itu, saya adalah seorang guru sekolah minggu Kristen yang dikepalai oleh Mr. U Sing Te. Pastur saya adalah Su Tien Ming. Kekuatan doa dari Mr. Sato cukup besar sehingga banyak orang naik keatas mimbar untuk menceritakan kesembuhan mereka dari penyakit. Saya juga pernah mendengar tentang seorang pendeta wanita bernama Sung Neng Ow (yang bertugas di Amerika Serikat dan baru akhir akhir ini kembali ke Taiwan) yang mempunyai kekuatan doa yang sangat besar, meskipun saya belum pernah melihat sendiri bagaimana beliau berdoa memohon penyembuhan penyakit umat yang datang.

Kepada para pembaca, saya sampaikan bahwa kalau kita bersungguh sungguh didalam doa kita, maka doa kita akan didengar.

Terus terang, saya adalah orang yang senang berdoa. Seringkali, di halaman rumah saya yang kecil, dengan menyalakan sebatang hio dupa, saya berlutut serta menengadahkan ke langit dan berdoa, "Semoga Thian dan para dewata menaruh welas asih dan memberkati saya. Maafkanlah kesalahan kesalahan saya. Kasihanilah saya. Semoga saya dapat selalu tegar, beriman, dan sehat jasmani rohani. Semoga saya dapat membebaskan baik diri saya sendiri maupun orang lain. Semoga saya dapat membantu masyarakat dan dunia sesuai jalan kebenaran. Semoga saya tidak akan mundur dalam usaha mencapai keBudhaan." Didalam kebenaran. Semoga saya tidak akan mundur dalam usaha mencapai keBudhaan. Didalam doa, saya mengutarakan semua isi hati saya kepada Thian. Dan, nyatanya seringkali kesulitan kesulitan yang saya hadapi dapat teratasi. Ini disebabkan oleh perpaduan kekuatan diri sendiri dan kekuatan Thian.

Yang paling penting dalam berdoa adalah kesungguhan dan ketulusan hati. Tanpa adanya kesungguhan dan ketulusan hati, doa tidak akan manjur. Bukalah hati anda lebar lebar. Utarakan masalah anda kepada Thian. Anda akan terharu, merasakan damai yang tak terhitung, merasakan kepuasan yang tak dapat diungkapkan dengan kata kata.

Yang disebut dengan membina diri adalah mengubah pikiran kita untuk tidak lagi membedakan antara yang baik dan yang jahat, membersihkan secara menyeluruh

pikiran dan pandangan kita. Untuk mencapai tingkat tersebut, haruslah bisa mengendalikan diri terlebih dahulu dengan cara meninggalkan yang sesat dan kembali kepada yang benar. Hati dan pikiran pada dasarnya adalah murni adanya. Tetapi karena proses kehidupan, maka hati dan pikiran ternoda.

Didalam sebuah sutra dikatakan sebagai berikut, "Seseorang hendaknya melatih diri untuk menyingkirkan kekotoran batinnya sehingga perbuatannya menjadi murni."

Pernah pula para dewa menguji saya dengan bertanya, "Lian Shen, apakah anda menginginkan ilmu ilmu hitam?"

"Tidak, saya tidak ingin menggunakan ilmu hitam."

Pernah ada seseorang yang datang ke rumah saya. Dengan berbisik ia berkata kepada saya, "Saya mendengar hu yang anda buat adalah yang terbaik di seluruh Taiwan. Maukah anda membuatkan sebuah hu untuk saya?"

"Untuk hal apa?"

"Kakak dan kakak ipar saya bertingkah laku sangat tidak baik. Mereka sering berbicara kasar kepada saya. Mereka juga ingin mengambil semua harta warisan orang tua saya. Sampai sekarang, kasus pembagian harta warisan dengan kakak saya masih didalam proses pengadilan. Saya berharap anda dapat membuatkan saya sebuah hu untuk membuat kakak saya mengalami kekalutan pikiran sehingga menjadi gila. Ini untuk memberi pelajaran kepadanya."

"Maaf, saya tidak dapat membuat hu seperti itu."

"Tenang saja. Saya akan berikan anda \$10,000 NT (nilai tahun 1976). Juga saya akan merahasiakan bahwa anda yang membuat hu tersebut."

Dia mengeluarkan \$10,000 NT yang baru diambil dari bank. Didepan mata saya, ia melambai lambaikan uang tersebut.

Apakah saya memerlukan uang dalam kehidupan saya? Ya. Tapi saya menolak tawaran orang tersebut. Meskipun yang diberikan adalah apel yang terbuat dari emas, saya juga tidak mau mengambilnya. Ini adalah suatu ujian, suatu pertarungan batin antara yang benar dan yang sesat.

41. Menghindari Perangkap "Kekosongan Mutlak"

(diterjemahkan dari sebuah bab di buku "Seni Meditasi" karya Maha Acarya Lu Sheng Yen yang diterbitkan pertama kali pada Juni 1983)

Berikut ini adalah surat dari seorang Taois yang dapat berfungsi sebagai peringatan bagi para siswa:

5 Januari 1983,

Maha Acarya Lu,

Salam. Saya bernama Lan Chao-li. Nama anda terdengar dimana mana bagaikan suara petir. Buku buku karya anda sungguh menggugah hati saya. Saya tahu bahwa anda sangat sibuk dan sering harus bepergian ke berbagai tempat. Maafkan kelancangan saya menulis surat ini, tetapi saya sungguh sungguh memerlukan bimbingan anda karena saya berada didalam situasi yang sangat sulit sekarang ini.

Saya merasa malu dan menyesal dalam mengatakan kepada anda bahwa saya telah gagal dalam pembinaan diri yang saya lakukan. Empat tahun yang lalu, saya bertekad untuk mulai bersadhana. Namun, jodoh saya dengan anda sungguh sangat kecil karena pada saat itulah saya mendengar anda telah menutup pintu bagi siswa siswa baru. Saya terpaksa belajar dengan metode lain yang tersedia bagi saya.

Kebetulan saya telah membaca sebuah buku mengenai Taoisme. Juga, saya telah membaca buku berjudul "Duduk bermeditasi dari Yin Shinzi". Saya melatih diri secara membabi buta yang mengakibatkan terjadinya penyimpangan chi pada diri saya sehingga membuat tubuh saya menjadi sangat lemah dan membuat pikiran saya tak dapat terkonsentrasi pada apapun. Ini disebabkan oleh kenekadan saya untuk "melakukan sesuatu yang masih diluar jangkauan kemampuan saya". Saya terlalu ingin cepat mendapat keberhasilan besar dalam waktu singkat tanpa mengetahui prosedur yang tepat. Sekarang sudah terlambat untuk menyesal karena saya telah tersesat dan menderita lemah tubuh sekarang. Bagaimanakah saya dapat mengembalikan kebugaran diri saya lagi?

Saya benar benar menyadari bahwa hidup manusia itu hanyalah ilusi sepanjang 100 tahun dan bahwa adalah suatu hal yang terbaik untuk melatih diri sedini mungkin. Tapi dimanakah guru berkwalitas yang dapat membimbing? Saya telah berkonsultasi dengan banyak guru tanpa hasil. Tidak Tidak ada yang dapat menolong saya. Maha Acarya Lu, anda sering menemukan kejadian kejadian yang anda sebut "sudah takdir". Apakah anda berpendapat apa yang terjadi kepada diri saya ini merupakan takdir? Saya tidak berpandangan bahwa keadaan saya sekarang ini merupakan takdir. Sekarang, dengan tekun saya membaca mantra "pelenyap karma buruk" dari Ksitigarbha Bodhisattva: "Om Prama Nidhani Soha" dengan harapan supaya saya dapat terbebaskan dari penderitaan ini dan mengubah kenaasan saya ini menjadi keberuntungan sehingga saya dapat mempraktekkan metode yang benar dalam menjalankan bhavana.

Saya berusaha untuk bertekad baja. Selama langit masih memberi saya kesempatan untuk hidup, saya harus bangkit, mulai lagi, dan maju pantang mundur di jalan yang menuju pembebasan dari kelahiran dan kematian. Dengan sebuah kegagalan sebagai pengalaman, saya akan melanjutkan pembinaan diri saya dengan lebih hati hati lagi

supaya tidak membuat k lh Sk bthk bi bi d iMh

kesalahan yang sama. Sekarang saya membutuhkan bimbingan dari Maha Acarya Lu. Saya berharap anda tidak mengecewakan saya dengan alasan karma buruk saya terlalu serius atau diri saya terlalu kotor atau anda tidak mengenal saya. Saya adalah seorang yang betul betul ingin membina diri. Janganlah kecewakan saya. Saya menunggu instruksi dari anda bagaikan seorang yang dahaga menantikan secangkir air.

1. Tubuh dan pikiran saya "terganggu"; benak saya kosong. Saya tidak tahu apakah ini disebabkan oleh Mara yang telah merasuk diri saya atau oleh roh yang ingin membalas dendam masa lalu dengan saya. Bimbinglah saya untuk kembali menjadi normal.

2. Bolehkah saya meninggalkan kehidupan duniawi dan menjadi seorang biksu?

Karena rintangan karma buruk saya sangatlah berat, saya ingin memurnikan tubuh dan pikiran saya terlebih dahulu dan kemudian baru mulai membantu menyelamatkan para insan. Apakah ini jalan yang baik? Bila Maha Acarya Lu bersedia menerima saya sebagai murid, saya akan dengan sungguh sungguh mengikuti bimbingan anda dan membabarkan Dharma. Bila di kemudian hari saya mencapai keberhasilan dalam bhavana, saya tidak akan pernah melupakan bimbingan anda ini. Saya akan membalas budi kebaikan guru, Budha, Dharma, dan Sangha dan membantu mereka yang menderita di 3 alam alam samsara. Ini adalah ikrar saya. Saya tidak akan ingkar janji.

Salam damai.

Dari surat ini, saya mengetahui bahwa Lan Chao-li telah memasuki sesuatu yang disebut "Kekosongan Mutlak". Apakah "Kekosongan Mutlak" itu? Ada perenungan tentang ilusi dan ada perenungan tentang kekosongan. Tetapi bila anda tidak memahami intisari dari kedua hal tersebut yang dikombinasikan, anda akan terjatuh kedalam "Kekosongan Mutlak". Begitu anda terperangkap dalam konsep ini, anda akan berpikir bahwa segala sesuatu adalah semu dan kosong belaka sehingga anda kehilangan arti dari eksistensi dan menjadi bosan hidup. Benak anda terasa kosong tapi anda tidak berdaya.

Didalam "Kekosongan Mutlak", energi anda terasa menyimpang dan pernapasan terasa mengalir lewat saluran yang salah. Energi anda tidak dapat terkonsentrasi tanpa anda dapat berbuat sesuatu. Baik tubuh maupun pikiran terasa lemah seperti orang lumpuh saja. Ini merupakan sebuah kegagalan dalam pembinaan diri. Bila didalam kondisi ini, siswa yang berbakat besar semaksimalnya akan menuju ke alam Arupadhattu (alam tak berwujud), sedangkan siswa yang berbakat menengah semaksimalnya akan menuju ke alam malas, dan siswa berbakat kecil akan menjadi "hantu".

Untuk mengatasi hal ini, anda harus menghentikan latihan yang dilakukan. Ingat, jangan belajar untuk terbang sebelum anda bisa melangkah. Mulailah dengan "Empat Latihan Dasar" (Catur Prayoga). Jangan memandang remeh Maha Namaskara, Maha Puja, Catur Sarana, dan Sadhana Vajrasattva. Tiga yang pertama berbentuk, tapi "hati Vajra" tidak berbentuk. Bila anda tekun menjalankan Catur Prayoga sesuai prosedur yang telah diuraikan, sinar Budha akan tentu saja memberkati anda dan membersihkan karma buruk anda. Maka, keadaan "Kekosongan Mutlak" ini akan hilang dan anda akan merasakan nikmat Dharma. Catur Prayoga adalah fondasi dari latihan latihan yang lebih tinggi berikutnya. Tanpa fondasi, gedung gedung tinggi tidak dapat berdiri. Sadhana Vajrasattva terutama sekali penting karena membuat anda kuat secara mental dan fisik.

Kekotoran tubuh dan pikiran? Tubuh dan pikiran siapa yang tidak kotor? Tidak ada seorangpun di kolong langit ini yang bersih tak bercacat. Bila mereka bersih, mengapa mereka perlu berlatih lagi? Jadi menjawab pertanyaan anda, anda memenuhi persyaratan untuk menjadi seorang biksu. Kebijaksanaan murni adalah satu satunya kebijaksanaan sejati. Saya mendukung keinginanmu untuk meninggalkan kehidupan rumah tangga (orang awam) dan menjadi seorang biksu. Meskipun meninggalkan keduniawian, anda tetap harus hidup di dunia ini bukan hanya untuk membebaskan diri sendiri tetapi juga para insan semuanya. Ikrar anda merupakan tekad seorang Bodhisattva agung. Anda patut didukung. Bangkitlah, wahai Lan Chao-lin yang bajik, Bodhisattva di masa yang akan datang! Anda mendapatkan berkat saya.



Tamat

Tambahan

Semenjak diterbitkan untuk pertama kalinya (dalam bahasa Mandarin) pada tahun 1975, buku "roh" yang pertama dari Master Lu Sheng-yen yang berjudul "Experiences in Spiritual Reading" merupakan buku yang menggemparkan di manca negara. Buku tersebut mengisahkan tentang pengalaman pengalaman gaib tapi nyata dari Master Lu Sheng-yen yang telah mengubah beliau dari seorang awam menjadi seorang penekun Taoisme, Sutric Budhisme, dan akhirnya Tantrayana. Tak terhitung jumlah orang yang setelah membaca buku tersebut tergugah hati nuraninya, menjadi yakin akan keberadaan hukum karma dan reinkarnasi, merasakan kesemuan pengejaran hal hal duniawi, dan mulai memperhatikan kehidupan rohani mereka.

Mengingat betapa besarnya efek positif buku tersebut bagi masyarakat luas, usaha menterjemahkan buku tersebut kedalam bahasa Inggris mulai dilakukan oleh mereka yang tergerak hati nuraninya untuk memberi kesempatan bagi mereka yang tidak dapat membaca bahasa Mandarin untuk dapat pula mengetahui pengalaman gaib dari Master Lu Sheng-yen. Muncullah buku berjudul "The Flying Carpet of The East" dalam bahasa Inggris (yang merupakan cuplikan kisah kisah didalam buku "Experiences in Spiritual Reading" dan buku Master Lu lainnya) yang diterjemahkan oleh Prof. Shan Tung Shu dan rekan rekannya. Seperti diduga sebelumnya, buku didalam bahasa Inggris ini menjangkau dan menggugah begitu banyak orang. Bahkan sering terdengar kisah bagaimana setelah membaca buku Master Lu ini --seseorang begitu terbangkitkan motivasinya sehingga bergegas pergi ke toko buku untuk memborong semua buku Taoisme dan Budhisme dengan tujuan memperdalam pengertiannya. Belum lama ini (tahun 1995), buku "Experiences in Spiritual Reading" telah diterjemahkan secara penuh kedalam bahasa Inggris oleh Janny Chow dengan judul buku "Encounters with the Spirit World".

Di Indonesia sendiri, cuplikan kisah kisah dari buku "roh" Master Lu yang pertama itu telah diterjemahkan oleh berbagai sumber sehingga tersedia beberapa judul buku dengan cuplikan kisah kisah yang hampir sama satu dengan yang lainnya. Judul judul buku tersebut antara lain adalah sebagai berikut:

- a. "Berbincang bincang tentang ramalan dewata" karya terjemahan "Cetya Vidya Dharma" di kota Cirebon.
- b. Kisah Aneh Tapi Nyata tentang Dunia Roh
- c. Padmakumara (1)

Kami sangat menganjurkan para pembaca yang selama ini belum mendapat kesempatan membaca sebuah dari ketiga judul buku diatas untuk berusaha mendapatkannya. Ketiga judul diatas sering dicetak ulang dan dibagi-bagikan secara cuma cuma.

44. Daftar Buku (Maupun Cuplikan Kisah Kisah) Karya Maha Acarya Lu Sheng Yen Yang Telah Diterjemahkan Ke Dalam Bahasa Inggris Atau Bahasa Indonesia

1. Encounters with the Spirit World (bahasa Inggris, diterjemahkan oleh Janny Chow, 1995)

2. Berbincang bincang tentang Ramalan Dewata (bahasa Indonesia, diterjemahkan oleh Cetya Vidya Dharma kota Cirebon)

3. Kisah Aneh Tapi Nyata tentang Dunia Roh (bahasa Indonesia)

4. Padmakumara 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 (bahasa Indonesia)

5. Padmini (bahasa Indonesia, Vihara Vajra Bumi Nusantara, kompleks perumahan Villa Permata di Karawaci)

6. The Art of Meditation (bahasa Inggris, Lei Cang Si Singapore, buku Master Lu no. 45)

7. The Mystical Experiences of True Budha Disciples (bahasa Inggris dan bahasa Indonesia, buku Master Lu no. 58)

8. The Inner World of The Lake (bahasa Inggris dan bahasa Indonesia, buku Master Lu no. 60)

9. Rangkaian Tatacara Puja Bakti Vajrayana (bahasa Indonesia, buku Master Lu no. 81)

10. Dharmaraja Mahamudra (bahasa Indonesia, buku Master Lu no. 85)

11. Cloud like Experiences in Spiritual Absorption (bahasa Inggris, buku Master Lu no. 92)

12. The Great Spiritual Response of Tantrayana (Inggris, Lei Cang Si Singapore, buku Master Lu no. 103)

13. Across the Archipelago (Inggris, Lei Cang Si Singapore, buku Master Lu no. 104)

14. Sadhana (bahasa Indonesia, Vihara Vajra Bumi Nusantara di Karawaci)

15. Wajragarbha 1 dan 2 (bahasa Indonesia, Vihara Vajra Bumi Nusantara di kompleks perumahan Villa Permata di Karawaci)

16. Majalah "The Purple Lotus" (bahasa Inggris, isu 1 s/d 51 telah beredar) Untuk menerima majalah ini secara cuma cuma setiap bulan, kirim alamat anda ke:

The Purple Lotus Journal
636 San Mateo Avenue,
San Bruno, CA 94066,
USA

17.

Majalah "Vidya Dharma" (bahasa Indonesia, isu 1 s/d 6 telah beredar) Untuk menerima majalah ini secara cuma cuma, kirim alamat anda ke:

Redaksi Majalah Vidya Dharma
Jalan Karanggetas No. 8, Cirebon (45118)
Telpon: (0231) 202547

Bagaimana Berlindung kepada Maha Acharya

Ada dua cara untuk berlindung kepada Maha Acharya, ataupun menerima silsilah Satyabudha Tantrayana.

Satu cara adalah dengan menelepon pihak Redmond untuk mengadakan pertemuan secara khusus untuk menerima abhiseka pemula secara langsung dari Maha Acharya Lu, Budha Hidup Lian-Shen.

Acapkali, tidak memungkinkan bagi seseorang untuk bertemu dengan Maha Acharya secara langsung. Bagi mereka yang ingin berlindung kepada Maha Acharya Lu, pada tanggal 1 atau 15 penanggalan Purnama (penanggalan China), jam 7 pagi, menghadap ke arah matahari terbit, japa tiga kali mantera Empat Perlindungan: "Namo Gurubuye, Namo Budhaye, Namo Dharmaye, Namo Sanghaye", sebanyak tiga kali dengan itikad sungguh-sungguh untuk berlindung di bawah Sang Guru, Sang Budha, Dharma, dan Sangha, setelah itu bersujud tiga kali untuk menunjukkan rasa hormat.

Pada setiap tanggal 1 dan 15 penanggalan Purnama, di Redmond, Master Lu mengadakan upacara "Abhiseka Mula Jarak Jauh"--bagi murid-murid yang tak bisa hadir.

Bagi mereka yang berlindung dari jarak jauh, setelah melaksanakan di atas dalam altar

masing-masing, kirimlah surat ke Redmond, menyatakan bahwa anda bermaksud untuk berunding, bersamaan dengan nama anda, umur anda, alamat, sumbangan sebagai persembahan kepada para Budha atas nama anda. Maha Acharya kemudian akan mengirim anda sertifikat, satu foto dari Maha Acharya, dan satu catatan memberi tahu tingkatan sadhana anda.

Alamatnya adalah:

Sheng-yen Lu

17102 NE 40th Court

Redmond, WA 98052

USA